MEDYCYNA DLA WSZYSTKICH

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY POPULARNEJ MEDYCYNIE HIGJENIE i KOSMETYCE

Nr. 5 — LIPIEC 1936 CENA: GROSZY 40, KWARTALNIE — Zł. 1.—

TREŚĆ NUMERU

Słońce, powietrze, ruch — oto trzy kardynalne warunki zdrowia...

O powstaniu i leczeniu żylaków

Praca w pozycji stojącej.

Okolicznościami wpływającemi na powstanie t. zw. żylaków jest pracą zawodowa uprawiających swe zajęcie w pozycji najczęściej stojącej (np. fryzjer, konduktor, listonosz i t. p.). W tych warunkach odpływ krwi z kończyn dolnych jest utrudniony; wobec tego wytwarza się pewnego rodzaju zastój krwi, wzmaga się napór krwi na słabe ścianki naczynia (żyły) co sprzyja powstawaniu workowatych rozszerzeń, znanych powszechnie jako żylaki!

Zastawki żylne.

Należy nadmienić, że w pewnej mierze biorą udział w powstaniu tej dolegliwości t. zw. zastawki żylne, niedomykające się. Należy to rozumieć w ten sposób, że normalnie słup krwi podczas rozkurczu serca idzie w górę i nie opada dzięki szczelnemu domykaniu się zastawek. Na wypadek zaś jeśli zastawki niezbyt szczelnie się domykają, słup krwi napiera na ściany naczynia i również przyczynia się do powstania zastoiny i konsekwentnie prowadzi do wytworzenia się żylaków.

Żylaki naskutek ciąży.

Z innych przyczyn wpływających na powstanie żylaków należy wymienić ciążę w okresie końcowym. Wtedy zwykle olbrzymia macica uciska na wielkie pnie żylne jamy brzusznej, zbierające krew z kończyn dolnych. Wskutek tego ucisku przepływ krwi przez te pnie jest utrudniony i żyły znów pod wpływem tego naporu ulegają nadwyrężeniu i workowatemu rozszerzeniu.

Infekcja

Również wszelkie zmiany zapalne skóry, toczące się w obrębie żył powierzchownych wywołują zmiany chorobowe tego samego rodzaju. Dzieje się to najczęściej naskutek infekcji miejscowej jak np. zapalenia około - żylnego (ropień podskórny, owrzodzenia i t. d.). Tego rodzaju żylaki powstają przeważnie na ograniczonej przestrzeni, objętej przebytem zapaleniem.

Słoniowacizna kończyn

Trzeba przyznać, że noga „upiększona“ niebieskiemi sznurkami i supłami żylaków nie wygląda zbyt estetycznie. Jeżeli żylaki są rozległe i nie dbamy o ich leczenie, to z biegiem lat powstają warunki do wytworzenia t. zw. słoniowacizny kończyn. Dawniej zgrabna i ładna noga przedstawia niemiły widok grubego kloca. Nie spełnia taka noga swych funkcyj, a prócz bólu, swędzenia i innych przykrych dolegliwości nie służy jako podpora w unoszeniu ciała, ale jest jeszcze dlań ciężarem.

Zapobieganie

Jakże więc mamy zapobiec powstaniu żylaków? Nie możemy przecież powiedzieć, aby kobiety nie rodziły, albo żeby fryzjer zmienił zawód. Ale, gdy wiemy, że nasi rodzice, względnie dziadkowie mieli żylaki, musimy się mieć na baczności i przy spostrzeżeniu pierwszych objawów, winniśmy założyć t. zw. pończochy gumowe, które przez ucisk wywarty na tkanki podskórne a pośrednio i na ścianę żylną przeciwstawiają się naporowi krwi.

Zastrzyki dożylne

Wobec istniejących już rozszerzeń żylnych współczesna medycyna stosuje zastrzyki dożylne do żylaków, sprzyjające zarastaniu żył. Krew w tych wypadkach przepływa żyłami leżącemi głębiej np. wśród mięśni.

W bardziej uporczywych wypadkach stosuje się zabieg chirurgiczny.

Jak leczyć hemoroidy?

Nie od rzeczy będzie wspomnieć o t. zw. hemoroidach (guzach krwawnicowych) t. j. rozszerzeniach żylnych dookoła-odbytniczych. Tutaj sprzyjającym warunkiem do powstawania dolegliwości jest praca siedząca, która powoduje zaparcie stolca. Wtedy masy kałowe, uciskając na ścianę odbytnicy wywołują powstawanie rozszerzeń żylnych, a co zatem idzie — guzów krwawnicowych.

Dolegliwości te mogą być znacznie przykrzejsze a to z tego względu, że twarde masy kałowe, przesuwając się obok guzów krwawnicowych (przy akcie defekacji) ranią je i wywołują krwawienie. Jeżeli krwawienia takie są częste, to wyniszczając organizm, wywołują anemję wskutek upływu krwi i stwarzają konieczność usunięcia ich drogą operacji.

W przypadkach lżejszych sama ich obecność wywołuje nieznośne swędzenie i przykre uczucie ciężaru w kiszce stolcowej. Wtedy stosuje się najczęściej czopki hemoroidalne, które łagodzą swędzenie i często wywołują zwężenie guzów i wypychają z nich niejako krew do krwiobiegu.

Jak wynika z powyższego, celem uniknięcia tych przykrych komplikacyj, pożądane jest dbanie o regularny i łatwy stolec. To też osoby cierpiące na zaparcie winne zawsze pamiętać o łagodnych środkach przeczyszczających.

Guzy krwawnicowe są dolegliwością najczęściej spotykaną u mężczyzn, a to ze względu na ich zajęcia zawodowe (np. buchalter), podczas gdy żylaki kończyn dolnych są „przywilejem“ płci pięknej, chociaż ciąża wskutek wyżej wyłuszczonych ucisków na żyły jamy brzusznej może również przyczynić się do powstania guzów krwawnicowych.

Dr. Z. G.

Histerja nie jest symulacją!

Spotkaliśmy się ostatnio z bardzo ciekawemi wynurzeniami majora-lekarza dr. Józefa Pająka na temat histerji.

Otóż jak wiemy z doświadczenia cierpienie to naogół spotyka się z powszechnem niezrozumieniem. Laicy zawsze posądzają chorych na histerję o symulację i traktują osobników, chorobą tą dotkniętych, za mniej wartościowych pod względem charakteru. Ileż to razy słyszeliśmy jak z najwyższą pogardą wyrażano się — „to histeryk!“ Tymczasem jest to choroba układu nerwowego i wraz z neurastenją i nerwicami zalicza się do t. zw. psychonerwic, które są niezdrowemi reakcjami duszy na zjawiska zewnętrzne.

Najbardziej rozpowszechniona jest histerja u kobiet. Zarodki tej choroby tkwią w każdym człowieku, ale występuje ona częściej u ludzi obarczonych dziedzicznie, u przodków których stwierdzono kiłę, padaczkę, alkoholizm, choroby umysłowe i t. p.

OBJAWY CHOROBY

O histerji dowiadujemy się nagle, można powiedzieć zupełnie przypadkowo. Ale naukowo zostało stwierdzone, że histerja zjawia się u chorych w razie jakiejś niemiłej, ciężkiej sytuacji życiowej, z której chcieliby wyjść przez *ucieczkę w chorobę.*

Wygląda to jak *niepełne* samobójstwo. Samobójca zrywa z życiem, gdyż nie może się uporać z jego trudnościa-

mi — zadaje sobie śmierć fizyczną. Histeryk nie zrywa z życiem całkowicie, ale usiłuje wpaść w chorobę, albo też udaje, że jest chory.

Sam byłem kiedyś świadkiem, jak nieuczciwa właścicielka owocarni źle wydała resztę klientce. Gdy poszkodowana zwróciła uwagę kupcowej — ta zawstydzona zaczęła *histerycznie* płakać... Psychologicznie scena ta była dla mnie zupełnie jasna. Ten płacz i te spazmatyczne krzyki miały odwrócić uwagę świadków od samego faktu nieuczciwości kupcowej, a nasunąć wrażenie, że to biedna, chora kobieta, histeryczka i t. d.

Lekarz, oprócz wrodzonej skłonności, konstatuje u histeryków słabą wolę. Zmniejszona odporność potęguje się przy doznanym wstrząsie nerwowym i strachu. Stąd też, w czasie wojny spotykaliśmy się z częstszemi objawami histerji, niż w czasie pokoju.

Medycyna ma do zawdzięczenie lekarzowi francuskiemu Charcotowi opracowanie wszechstronne histerji. Ostatnio Freud starał się wytłumaczyć tę chorobę przy pomocy psychoanalizy.

Mówiąc językiem naukowym istotą tej choroby jest a) przewaga czynności psychicznych nad czynnościami cielesnemi i b) nadmierna pobudliwość nerwowa.

Histerycy to naogół ludzie inteligentni, o bujnej fantazji. Chcieliby odegrać wielką rolę w społeczeństwie i przypisują sobie zdolności nieraz nadprzyrodzone. Są mężowie stanu wybitni histerycy, a nawet znamy wodza, który jest histerykiem i umiał zarazić histerją cały naród.

Całe swe zainteresowanie, histerykześrodkowuje na jednem, — aby to, co czyni wypadło jaknajefektowniej. Ta poza i teatralność przyczyniły się w pierwszym rzędzie do ośmieszania histeryków. To przykładowe rozcieńczanie jodyny dużą ilością wody przez usiłującego popełnić samobójstwo, ale w ten sposób, by mu się nie stała krzywda — niezwykle typowe jest dla histeryka.

Wymieniane są charakterystyczne bóle „cielesne“ jak *bóle głowy, krzyża i nóg,* w niektórych zaś punktach ciała chorzy nie odczuwają bólu i są zupełnie niewrażliwi nawet na szpilki dość głęboko wbijane. Bywa też i gorączka, drżenie kończyn, bicie serca, kaszel i inne. Bardzo częste są też napady drgawek i omdleń.

Leczenie histeryków jest bardzo trudne. Mówiła mi kiedyś polonistka na pensji, że leczy histeryczki złemi stopniami.. Po każdym napadzie histerji — „pała“ do dziennika. No, ale w ten sposób lekarz nie przystępuje do leczenia. Modne jest leczenie psychoanalizą, przez wydobywanie nazewnątrz z podświadomości stłumionych afektów. Pozatem stosuje się leczenie farmakologiczne, homeopatyczne, elektroterapją i hydropatją.

Dr. Stanisław Glon

Jak pobudzać apetyt dziecka?

Tysiące naszych matek przechodzi dosłownie katusze spowodu braku apetytu u dzieci; każda z nich wysila się na nieprawdopodobne wprost sposoby, mające na celu zmuszenie dziecka do zjedzenia danego posiłku. W ostatnich czasach zjawisko to występuje nagminnie: w każdej prawie rodzinie, gdzie znajduje się dziecko, rozgrywają się codziennie sceny, obrazujące tę walkę matki z dzieckiem, którą matka musi z niem staczać, pragnąc je racjonalnie odżywiać. Gdy przeróżne środki, jak prośby, zabawianie, opowiadanie bajek, rozmaite figle i t. d. zawodzą, wtedy zmusza się dziecko do jedzenia, stosując gwałt w formie kary lub bicia. W końcu dziecko przestaje traktować czynność jedzenia, jak naturalną potrzebę, lecz patrzy na nie, jak na utrapienie, lub represję, której przeciwstawić stara się ono wszelkiemi siłami.

Oczywiście, iż wina w pierwszym rzędzie spada tu na fatalne warunki wielkomiejskie, brak słońca, powietrza i ruchu. Lecz i rodzice w niemałym stopniu przyczyniają się do tego stanu rzeczy, gdyż nie wiedzą, jak należy właściwie postępować w podobnych przypadkach.

Przypomnijmy sobie przedewszystkiem starą zasadę, która jednak przejawia się na każdym odcinku życia — twierdzi ona, iż *przyzwyczajenie jest drugą naturą.*

Należy dziecko wdrożyć do racjonalnego trybu życia od pierwszej chwili zjawienia się jego na świat. Przedewszystkiem nie należy go karmić zbyt często. Trzeba je przyzwyczaić do *regularnych posiłków, w odstępach 4-godzinnych,* począwszy od 6 rano do dziesiątej wieczorem. Jeżeli dziecko płacze w nocy, podajemy mu trochę przegotowanej wody, a wkrótce dziecko straci ochotę do jedzenia w nocy i będzie spało spokojnie.

Nie przekarmiać dziecka! Doświadczony lekarz przepisze mu odpowiednią dozę pokarmu, który nie obciąży delikatnego żołądka — innemi słowy — powinniśmy dziecko nauczyć odrazu, iż istnieje uczucie głodu i zdrowy apetyt.

Zanim dziecko kończy pierwszy rok życia, należy je obznajmić z łyżeczką, smakiem oraz zapachem potraw mącznych, jarzyn i zup. Nowe potrawy podajemy z początku w minimalnej ilości, ażeby dziecko zwolna oswoiło się z ich smakiem. W żadnym wypadku *nie należy go zmuszać do jedzenia.*

WCZESNE ODSTAWIENIE OD PIERSI

W czternastym miesiącu życia normalne dziecko powinno pić wszelkie płyny z filiżanki lub ze szklanki. Dziecko, które ssało pierś przez osiem lub dziewięć miesięcy, — nie powinno nigdy widzieć nawet smoczka ani flaszeczki. W dziewiątym miesiącu dodajemy do pokarmu coraz to nowe potrawy. Nie należy zwracać uwagi na to, że dziecko wyleje trochę mleka, podczas picia ze szklanki — ważne jest, że *uczy się pić samodzielnie.*

Dziecko powinno unikać łakoci, gdyż w ten sposób psuje ono sobie apetyt do normalnych posiłków.

Zaprowadzenie stałego i niezmiennego porządku w posiłkach jest niezmiernie ważną sprawą. Dziecko nie powinno nic dostawać między godzinami posiłków, a

Wpływ alkoholu na dzieci szkolne

Nie jest obcem dla nas, że dzieci piją alkohol. Cała wina w tym wypadku leży wyłącznie po stronie rodziców. Niemiecki Związek nauczycieli zarządził badanie 7338 dzieci szkolnych w wieku od 6—11 lat. Okazało się, że z tej liczby zaledwie 2—3% dzieci, alkoholu wcale nie piły, 13% było takich, które się w życiu przynajmniej raz jeden lub nawet kilkakrotnie upiły, 11% piło codziennie trunek zawierający alkohol, a 2% dostawało ten trunek już rano, jeszcze przed pójściem do szkoły. Dzieci te używające alkoholu były najgorszymi uczniami. Jeden z nauczycieli z prowincji donosi, że miał w swej szkole 11 dzieci, których ojcowie byli znanymi alkoholikami. Wszystkie te dzieci musiano w szkole przenieść do oddziału dla dzieci upośledzonych w rozwoju umysłowym. Jak widać statystyka jest wprost zastraszająca.

(Zeitschrift f. Schulgesundheitspflege)

łakocie dopiero wówczas, gdy spożyło przygotowany dla niego posiłek.

Nie pozwólcie też na to, ażeby dziecko miało wpływ na waszą wolę. Jeżeli z ust matki, raz padło: nie! — winno ono być święcie przestrzegane bez względu na płacz lub prośby dziecka, gdyż niema rzeczy niebezpieczniejszej ponad uleganie woli dziecka.

Istnieje cały szereg nieszkodliwych środków, wywołujących apetyt u dzieci. Można np. przygotować dziecku mały stoliczek i krzesełko, przy którym będzie mu przyjemnie i wygodnie jadać. Dekoracja stołu ma też duże znaczenie: bukiecik kwiatów, ładny talerzyk, zgrabna mała łyżeczka, widelczyk — to wszystko sztucznie wywołuje u dziecka zainteresowanie dla czynności jedzenia. Znałam raz dwoje dzieci w wieku lat 3 i 4, które miały na swym stoliku malutki dzwoneczek. Dziecko, które pierwsze zjadło, miało prawo zadzwonić na deser. Trzeba było przyjrzeć się im podczas obiadu: jedno usiłowało przegonić drugie, a zainteresowanie dla dzwonka usuwało w kąt wogóle wszelkie inne sprawy — jedzenie zmiatano z talerzyków szybko i z apetytem.

Starsze dzieci można zainteresować jedzeniem, opowiadając im o ważności rozmaitych pokarmów dla zdrowia. Można im także pokazywać obrazki i książeczki, traktujące w sposób przystępny i poglądowy sprawę higjeny odżywiania — w krótkim czasie dzieci pojmą ważność tego i same zaczną przykładać wagę do regularnego i racjonalnego posiłku. Dziecko powinno brać żywy udział w układaniu hygjenicznego jadłopisu, sprawi mu to wielką przyjemność, a rodzicom lub wychowawcom ułatwi pracę.

W końcu raz jeszcze powtórzę moją radę: jeżeli chcecie, aby dziecko wasze miało apetyt, musicie pracę nad tem rozpocząć w chwili przyjścia na świat.

W każdym wypadku, gdy dziecko nie ma apetytu, należy zwrócić się do lekarza, istnieje cały szereg przyczyn tego stanu rzeczy, których wykrycie jest możliwe tylko po skrupulatnem i odpowiedzialnem badaniu lekarskiem.

Dr. R. Asz

Co każdy o wściekliźnie wiedzieć musi!

Profesor Bujwid, znakomity specjalista, który pierwszy wprowadził u nas Pasteurowskie szczepienia przeciw wściekliźnie, udzielił w sprawie wzmożonej obecnie w Warszawie ilości pokąsań przez wściekłe psy, następujących informacyj:

Alarmujące wiadomości o coraz to nowych przypadkach pokąsania przechodniów przez chore na wściekliznę psy, są niewątpliwie w wielu przypadkach przesadzone — niemniej jednak zdaje się nie ulegać wątpliwości, że obecnie panuje w naszej stolicy endemja wścieklizny. Edemje takie zdarzają się od czasu do czasu. Walka polega na wybijaniu chorych, względnie podejrzanych, wałęsających się psów. Podejrzanego psa można też zamknąć i przez pewien czas przetrzymać dla obserwacji. Można zdrowe psy szczepić ochronnie, by zapobiec rozszerzaniu się endemji. Można też szczepić leczniczo psy już pokąsane podobnie jak szczepimy człowieka — ten ostatni jednak rodzaj szczepienia jest u psów wyjątkowy ze względu na kłopoty i koszta z niem związane.

Szczepienie przeciw wściekliźnie jest dziś bardzo uproszczone — szczepionka bowiem, którą dziś rozporządzamy, jest tak udoskonalona, że

można ją przesyłać na każdą odległość.

Obecnie więc nie trzeba już więcej posyłać osoby pokąsane dla szczepienia do specjalnych Zakładów (jak to robiono dawniej), lecz najbliższy lekarz, nawet w najodleglejszej wiosce, może to szczepienie przeprowadzić na miejscu. W przypadkach zwyczajnych całe szczepienie trwa dwadzieścia dni. Można jednak również — w przypadkach spóźnionych lub specjalnie groźnych — przeprowadzić całe szczepienie szybciej, już w dziesięciu dniach. Pokąsanego szczepią dwa razy dziennie.

Zarazek wścieklizny ginie bardzo szybko przy wysychaniu zatem *wszelkie dezynfekcje mieszkania czy ubrań, względnie bielizny są niepotrzebne. Wystarczy zakażone ubranie wysuszyć — zarazek natychmiast zginie. — Wścieklizną zarazić się można tylko wówczas, jeżeli chory pies ukąsi, to znaczy przegryzie naskórek i wprowadzi zakażoną ślinę pod skórę, względnie w samą skórę, przegryzłszy uprzednio naskórek. Polizanie całej, nieuszkodzonej skóry, nie jest groźne. Niebezpieczne mogło natomiast być*

polizanie oka, nosa lub ust (!)

w ten sposób bowiem chory pies przenieść może na człowieka wściekliznę. Dlatego wszelkie pieszczoty z chorym psem mogą mieć efekt fatalny.

Bardzo ważnym jest fakt, że pies staje się groźnym na krótko przed swą śmiercią. To znaczy, jeżeli pies ukąsi i potem, po upływie kilku — powiedzmy — siedmiu dni nie zdradza żadnych objawów choroby, wówczas obawa zakażenia jest nieuzasadniona.

Jeżeli więc ukąsi podejrzany pies, który jednak dalej żyje i przez szereg dni nie zdradza żadnych objawów choroby, wówczas szczepienie jest niepotrzebne.

W wielu przypadkach zdarzyć się może, że ukąsi pies obcy, którego nie możemy obserwować. I tutaj więc musimy wziąć pod uwagę kilka zasadniczych punktów. Musimy więc pamiętać o tem że

podejrzanym jest zawsze bezpański pies, który kąsa poza obrębem swego domostwa.

To jest sprawa zasadnicza i o tem musi każdy z nas pamiętać. Jakże często zdarza się bowiem, że przyjeżdżają do lekarza — nawet zdaleka, osoby, pokąsane przez *złośliwego może, ale zdrowego psa, który broni swego pana lub swego domostwa.* Jeżeli kąsa pies, uwiązany u bramy lub broniący ogrodu lub pies idący obok swego pana i podrażniony przez przechodnia — to przypadki takie

nie są podejrzane

i prawie nigdy nie wymagają szczepienia. *Pies chory ucieka od swego pana, wyrywa się z uwięzi i ucieka z domostwa.* Praktycznie biorąc, jest omal nie do pomyślenia, by pies, który idzie ze swym panem, mógł być rozsadnikiem wścieklizny dla przechodniów. Niebezpieczny, a raczej ściśle się wyrażając „podejrzany“ jest tylko taki pies, który idzie sam, bez swego pana i znajdując się poza obrębem swego domostwa, rzuca się na obcych i kąsa ich. Uderzającym jest tu fakt, że rzuca się na przechodnia pies, nie podrażniony, nie broniący swego pana i znajdujący się poza obrębem swego domostwa. To są najważniejsze dane dla powzięcia podejrzenia choroby psa.

Najlepszem rozwiązaniem problemu walki z wścieklizną byłoby oczywiście *ochronne szczepienie wszystkich — a zatem zdrowych — psów przeciw tej chorobie,* tak samo zatem jak np. szczepimy wszystkie zdrowe dzieci przed ospą. Taka z lekarskiego punktu widzenia znakomita akcja sanitarna ma jednak jedną, zasadniczą wadę — jest ona mianowicie k o s z t o w n a. I dlatego ograniczyć się musimy do w a l k i z wścieklizną. Walka ta nie jest zaś trudna, jeżeli tylko zabierzemy się do niej energicznie i jeżeli całe społeczeństwo będzie wiedziało o tem, gdzie grozić może ewentualne niebezpieczeństwo zakażenia i jak się przed wybuchem choroby można uchronić.

Obawa o wysokie ciśnienie krwi

Już termometr, od chwili gdy stał się w rękach lekarza tak nieocenionem narzędziem przy badaniu organizmu chorego, wywołał u osób nerwowych i przeczulonych prawdziwą *manję ciągłego mierzenia sobie temperatury* i wnioskowania stąd o stanie swego zdrowia, co, oczywiście jeszcze bardziej denerwuje takie osoby i zatruwa im życie, najczęściej bowiem ci manjacy termometru zapominają o tem, że temperatura ciała ludzkiego zależna jest od tysiącznych czynników fizycznych i psychicznych, jak jedzenie, zmęczenie, podniecenie, wzruszenie i t. d.

Obecnie na porządku dziennym jest inne, podobne zjawisko, wywołane coraz częściej stosowanem przez świat lekarski, mierzeniem ciśnienia krwi, jako wskaźnika przy leczeniu dolegliwości ludzkich.

Nie ulega wątpliwości, że *w przyrządzie do mierzenia ciśnienia krwi* medycyna uzyskała nadzwyczaj cenny środek pomocniczy i orjentacyjny, ale i tu łatwość stosowania go stała się powodem nowej zgryzoty dla ludzi zdenerwowanych i przeczulonych.

Szczególnie w Stanach Zjednoczonych, gdzie tempo życia jest niezrównanie intensywniejsze. niż w Europie, i gdzie wszelkie nowe metody lecznicze rozpowszechniane są niezmiernie szybko śród szerokich mas społeczeństwa — manja mierzenia sobie ciśnienia krwi doszła do takich rozmiarów, że w miastach amerykańskich *istnieją nawet automaty uliczne*, za pomocą których, po wrzuceniu kilku centów, można sobie mierzyć to ciśnienie.

W końcu więc departament zdrowia publicznego przy rządzie Stanów Zjednoczonych (U. S. A. Public Health Service), zmuszony był wystąpić w tej sprawie w organie swym *„Health News"*, wydawanym w Waszyngtonie. A ponieważ i u nas są już osoby, zwłaszcza starsze dla których „wysokie ciśnienie krwi" stało się straszakiem i prawdziwą zgryzotą, warto więc zwrócić uwagę na tę nową manję, dopóki się jeszcze nie rozpanoszyła i przytoczyć niektóre ustępy z wspomnianego artykułu.

Każda osoba żyjąca — czytamy tam — posiada ciśnienie krwi, *konieczne jest bowiem pewne ciśnienie,* aby krew mogła krążyć po ciele. Ciśnienie to zależne jest od mocy uderzeń serca, od oporu, jaki znajduje krew przy ocieraniu się o ścianki narzędzi krwionośnych, od elastyczności tych naczyń i od ilości krwi.

Na podstawie tysiącznych doświadczeń, ustalono średnią tego ciśnienia u osób normalnych. Średnia ta zmienia się stosownie do wieku. Nie mniej osoby jaknajzdrowsze mogą odchylać się od tej normy. Ponadto ciśnienie krwi u danej osoby *zmienia się w ciągu dnia* z godziny na godzinę. Ustalono jednak, że najwyższa granica ciśnienia krwi u osoby przeciętnej równa się liczbie jej lat plus sto.

Czynniki, wpływające na ciśnienie krwi są liczne i różnorodne. Ćwiczenia fizyczne, podniecenie, gniew zwiększają to ciśnienie, natomiast nerwowy upadek ducha wywołuje często zmniejszenie ciśnienia. Pewne choroby, szczególniej choroba Brighta, oraz różne zaparcia chroniczne podnoszą ciśnienie krwi, chorobom zaś osłabiającym, jak gruźlica towarzyszy spadek ciśnienia. Dziedziczność stanowi też czynnik pod tym względem. Członkowie rodów długowiecznych, posiadają arterje odznaczające się elastycznością niezwykłą.

Czasami pewne zwiększenie ciśnienia krwi jest potrzebne. Istnieją wszakże *granice, poza któremi staje się niebezpieczne,* ale należy dodać, że różnice te mają być znaczne u różnych osób.

Leczenie nadmiernego ciśnienia krwi polega na zastosowaniu odpowiedniego trybu życia, i ulżeniu objawom. Jeżeli czynność serca jest natężona, to, oczywiście, *odpoczynek stanowi najlepsze lekarstwo.* Lekarz domowy (znający organizm danej osoby) decyduje tu w granicach wysiłku fizycznego, których w danym razie przekraczać nie wolno. Pożywienie stanowi inny czynnik leczniczy przyczem przeważa obecnie zdanie, że raczej *nie jakość, lecz ilość pożywienia* — ograniczenie ilości — jest rzeczą ważną. Stosowanie środków aptecznych zwykle zawodzi, choć w razach nagłych może uratować życie.

Przedewszystkiem jednak osoba o wysokiem ciśnieniu krwi nie powinna stać się „manjakiem wysokiego ciśnienia", nie powinna wciąż o tem myśleć, mówić, przeżywać to ciśnienie. Powinna *poddawać się dobremu humorowi,* unikać zbyt częstego mierzenia tego ciśnienia, unikać też nadużyć fizycznych i umysłowych, zwłaszcza zaś emocjonalnych i zażywać dostatecznie odpoczynku, a wówczas żyć może szczęśliwie przy swem ciśnieniu krwi, do sędziwej starości.

S. B.

Życie ludzi stuletnich

Z dawnych i nowszych czasów mamy niezliczone przykłady długowieczności. Przykłady są tak liczne, że możemy całe tomy pisać. Lecz niezawsze znany jest sposób i tryb życia „wiecznych" ludzi, którzy tak znacznie przekroczyli wiek „ludzki". A jednak byłoby ciekawem, ba nawet pożytecznem, wiedzieć, w jaki sposób oni żyli, czy też opływali w dostatkach, jedząc i pijąc do syta, może prowadzili tryb życia wygodny i próżniaczy. A wreszcie może żyli wstrzemężliwie i pracowali?

W kronikach znajdują się świadectwa poważnych lekarzy o biorgrafji tych ludzi. Ludzie długowieczni zwani makrioboci byli w dawnych czasach słynni.

Żył sobie chłop angielski Tomasz Paar, bezmała swoich 152 lat i 9 miesięcy. W związki małżeńskie wstąpił po raz pierwszy w 70 roku życia i po 42 letniem pożyciu małżeńskiem owdowiał. Kiedy „młody wdowiec" osiągnął 120 rok życia wstąpił ponownie w związek małżeński i to z młodą wdową, którą również przeżył. Do ostatnich dni życia wykonywał najcięższą pracę, czy to na polu czy też w domu. Pożywienie jego stanowiły najprostsze pokarmy, przeważnie chleb, ser, piwo i mleko.

Miało to miejsce w 17 wieku. Panujący ówcześnie Karol I sprowadził go do Londynu na dwór swój, gdzie biedak skończył życie. I co dalej czytamy. Zmarł na chorobę żołądkową „zmanierowany" wykwintnem jedzeniem dworskiem. Sekcja zwłok wykazała, że Paar miał wszystkie narządy zdrowe i byłby sobie żył jeszcze pare lat, gdyby nie królewskie jadło.

Już w wieku 19-tym, znaną była w Wiedniu mieszkanka tego miasta, która przeżyła 115 lat, osierocając 7 dzieci Pierwszą poradę lekarską zasięgnęła w 110 roku życia, spowodu dotkliwego upadku ze schodów. Z wypadku tego wyszła bez szwanku, gdyż jak kronika podaje, zgon staruszki nastąpił w pięć lat potem. Takich przykładów możnaby więcej przytoczyć. Sądzi się powszechnie, że długowieczni muszą być specjalnej konstrukcji. Nie! Silna konstrukcja ciała, może jej posiadaczowi dość często wyjść na niekorzyść, kiedy tenże niejako będzie się czuł powołany do lekkomyślnego postępowania, licząc na swoje siły. Zdarza się, że ludzie natury słabej są bardziej odporni na wszelkie choroby.

Jak widzimy zdrowie i siły cielesne to kapitał, który tem dłużej trwa im ekonomiczniej się z nim obchodzimy, podczas gdy rozrzutność pod tym względem mści się nietylko na kieszeni, ale i na samem życiu.

Trzymajcie się tych zasad to może i Was długowieczność nie ominie.

Niemoc płciowa, jej przyczyny i leczenie

Głęboko ukryte przyczyny psychicznej impotencji.

W poprzednich rozdziałach wykazaliśmy, że onanizm, który przez długi czas był kozłem ofiarnym dla wielu chorób, a między innemi i dla impotencji, nie jest w rzeczywistości przyczyną tej choroby.

Przy psychicznej impotencji działają zupełnie inne, głęboko ukryte przyczyny, o których dana osoba nic nie wie; a jeśli dochodzą do jej świadomości, to w postaci zamglonej i częstokroć nieuchwytnej. Chory zostaje nagle impotentem i staje wobec zagadki, której nie umie rozwiązać. Czuje, że w duszy jego coś zaszło — coś, co wstrząsnęło jego równowagą. Czuje, że psychika jego stała się areną, na której ścierają się i nawzajem się zwalczają najróżnorodniejsze sprzeczne uczucia i myśli.

Zamieszanie duchowe jest jednak zbyt wielkie, aby chory sam mógł rozwikłać kłąb swych przeżyć wewnętrznych, które odbierają mu spokój.

W takich wypadkach pomaga psychoanaliza, dążąca do oświetlenia najintymniejszych szczegółów naszej jaźni. Psychoanaliza wnika w głąb naszej duszy, szuka i grzebie w jej najskrytszych zakątkach, wyciąga stamtąd myśli i uczucia, o których *nie chcemy* wiedzieć, któreśmy sami zagrzebali, aby nie przeszkadzały nam one w codziennem życiu.

Jakie się nasuwa tu porównanie? Porównanie do pokoju, który posiada wiele kącików, a każdy kąt zapchany jest starą odzieżą, zapleśniałemi pantoflami, nieczystą bielizną. Czy możemy się dziwić, że powietrze w pokoju jest zgęszczone? Czy może się palić w piecu, gdy komin zatkany jest sadzami? Czy może żołądek funkcjonować, gdy pełen jest fermentujących produktów? Psychoanaliza jest przewietrzeniem naszej duszy, oczyszczeniem naszej psychiki. Jest głęboką spowiedzią, malującą nam nasze żądze ze wszystkiemi ich atrybutami, jak zazdrość, nienawiść. Po większej części psychoanaliza naprowadza na właściwą drogę i ku zupełnemu uleczeniu.

Impotencja jest oznaką, że chory przeżywa konflikt duchowy. Zadanie lekarza polega na tem, iż powinien odnaleźć splot uczuć i przedstawić go choremu. Lekarz wskazuje również drogę, jak pozbyć się tego konfliktu. Z usunięciem psychicznego konfliktu znika również jednocześnie impotencja.

„Nieświadoma miłość"

Teraz możemy się dokładniej zastanowić nad ukrytemi przyczynami psychicznej impotencji. Zbadajmy t. zw. „nieświadomą miłość".

Przykład. Młody człowiek prowadzi szczęśliwe życie rodzinne ze swą młodą żoną, którą bardzo kocha. Do nich do domu zaczyna przychodzić przyjaciółka żony. Atmosfera jest miła i przyjazna. Nagle mąż traci potencję, co go niezmiernie dziwi: wszak kocha swą żonę i nigdy jej nie zdradził.

Analiza wykazuje jednak, że w duszę jego zaczyna wnikać owa znajoma. Często widuje ją w śnie w erotycznych postaciach i jest przez nią podrażniony. Pacjent sam nie może sobie zdać sprawy, czy zakochał się w tej kobiecie. Wszystko to jest dla niego zupełnie mgliste, ale oto właśnie ta „nieświadoma" miłość już zaczyna działać i osłabia jego potencję.

Chory otrzymał radę od lekarza, aby natychmiast przerwał znajomość z przyjaciółką swej żony, jeśli nie chce, aby jego szczęśliwe pożycie małżeńskie zostało złamane. Pacjent usłuchał rady. Przyjaciółka przestała ich odwiedzać i wkrótce potem powróciła poprzednia potencja.

Drugi przykład. Lekarz, lat 48 traci potencję. Przekonany jest, że starość nadchodzi. Próbuje jednak leczyć się rozmaitemi środkami, ale napróżno, impotencja dalej trwa. Analiza wykazuje, iż wśród jego pacjentek znajduje się pewna dama, w której towarzystwie często przebywał. Nie wierzył jednak, aby miał kochać tę damę. Raz zagrali razem sonatę Beethovena i to ich oboje podnieciło. Kobieta rzuciła mu się na szyję i zaczęła namiętnie całować. To obudziło i w doktorze silną namiętność. Wówczas zrozumiał, że kocha tę kobietę nie od dziś, lecz od dwóch lat już; od tej chwili potencja jego w stosunku do żony została osłabiona.

To jest właśnie „miłość nieświadoma", w którą się nie wierzy, a która jednak jest rzeczą realną, będącą w stanie wywołać uszkodzenie potencji.

U mężczyzn w średnim wieku zdarza się, iż potencja słabnie, ponieważ żona straciła dla nich poprzedni urok i zupełnie nieświadomie poczynają spoglądać na swe młode służące i podniecać się ich widokiem.

Zazwyczaj, na myśl im nie przychodzi, że impotencja ich jest związana z nieobojętnością do służącej. Analizą jednak wykazuje ten związek i wyjaśnia go pacjentowi. Że wyjaśnienie to jest właśnie słuszne, nie zaś wyssaną z palca hipotezą, potwierdza fakt, że impotencja znika z momentem odprawienia służącej. Oddziaływanie dziewczyny było ukryte, nie doszło ono jeszcze do świadomości zainteresowanej osoby i dlatego w takich wypadkach impotencja uważana jest, jako zwiastun zbliżającej się starości.

Zdarza się również, że impotencja wywołana jest uczuciem niechęci do żony. Uczucie to nie jest jeszcze jasne i wyraźne i znajduje się jeszcze pod świadomością.

Jest to tak zwana „nieświadoma nienawiść". Uczucie to kobieta sama częstokroć wywołuje w mężczyźnie. Gdy żona uważa, iż stoi wyżej od swego męża, pochodzi naprz. z lepszej rodziny — i daje mu to do zrozumienia, wówczas w psychice męża budzi się uczucie nienawiści. Uczucie to jest jeszcze, coprawda, nieuchwytne, cieńkie, jak pajęczyna, a jednak ta właśnie „nieświadoma nienawiść może mieć bardzo szkodliwy wpływ na potencję.

Ciekawy przykład podaje dr. Steckel. Pewien pisarz, czujący się zupełnie zdrów, nagle spostrzega, że potencja jego zaczyna słabnąć. Kocha swoją żonę, analiza jednak wykazuje, iż we śnie widzi, jak żona jego umiera. Jest wstrząśnięty i niepocieszony, płacze we śnie tak okropnie, że żona go budzi. Dalsza analiza bardziej wyjaśnia sprawę. Pisarz napisał dramat i przeczytał go żonie oraz swemu przyjacielowi, również literatowi. Przyjaciel uznał, że sztuka jest napisana wadliwie i żona zgadzała się z tem. On jednak uważa, że jest doskonała i oddał go do teatru, gdzie już wielokrotnie wystawiane były jego poprzednie sztuki.

Tę sztukę jednak teatr odrzucił. W tymże czasie przyjaciel jego napisał powieść, która miała duże powodzenie, żona jego była nią zachwycona.

Pisarz czuł się obrażony, zdawało mu się, że żona go obecnie mniej kocha, niż przedtem. Stał się zazdrosny i zerwał znajomość z przyjacielem.

Analiza wyjaśniła, że w duszy jego powstało uczucie zawiści do przyjaciela i zazdrości wobec żony. Po analizie impotencja znikła.

O pozostałych ukrytych przyczynach niemocy płciowej — w następnym numerze, *Dr. M. L.*

Choroby weneryczne

Rzeżączka

OKOLICZNOŚCI, SPRZYJAJĄCE ZARAŻENIU

By mężczyzna zaraził się rzeżączką podczas aktu płciowego, konieczna jest obecność gonokoków w organach płciowych kobiety. Odporność przeciw tryprowi w przeciwieństwie do szeregu innych chorób nie istnieje.

Znane są atoli wypadki, kiedy spośród kilku mężczyzn, którzy, jeden bezpośrednio po drugim, mieli stosunek płciowy z tą samą kobietą, jeden nabawia się rzeżączki, a inni pozostają zdrowi. Tłumaczy się to tem, że istnieje cały szereg okoliczności, z których jedne zmniejszają niebezpieczeństwo zarażenia, inne zaś, przeciwnie, sprzyjają przeniesieniu się zarazka. Taką sprzyjającą zarażeniu okolicznością jest szeroki otwór cewki moczowej lub to, że otwór ten jest położony niżej niż normalnie. W takich wypadkach gonokoki mają więcej szans na przeniknięcie do ujścia cewki moczowej, otwartego podczas stosunku płciowego. Poważniejsze jeszcze znaczenie mają inne okoliczności. Tak naprzykład mężczyzna, przerywający akt płciowy przed wytryskiem nasienia, zazwyczaj zachorowuje, podczas gdy inny, który miał stosunek płciowy z tą samą kobietą zaraz po tamtym, lecz aktu płciowego nie przerwał, nie zaraża się. Dzieję się tak dlatego, że wraz z nasieniem męskiem z cewki może zostać wydalony przeniesiony już zarazek. Oddawanie moczu natychmiast po stosunku płciowym również zmniejsza niebezpieczeństwo zarażenia.

RZEŻĄCZKA OSTRA.

Dostawszy się na błonę śluzową cewki moczowej, gonokoki nieodrazu wywołują zapalenie. Od momentu zarażenia do pierwszych objawów choroby mija zazwyczaj dosyć długi okres czasu, który nazywa się okresem utajonym lub *inkubacyjnym*. W ogromnej większości wypadków okres inkubacyjny rzeżączki u mężczyzn trwa 3-4 dni. W wyjątkowych wypadkach trwa on nieco krócej — 1-2 dni, czasem jednak 1 do 2 tygodni, a nawet jeszcze dłużej.

Brak zewnętrznych objawów w okresie inkubacyjnym rzeżączki tłumaczy się tem, że początkowo gonokoki znajdują się tuż przy ujściu cewki moczowej, gdzie wskutek szczególnej budowy błony śluzowej nie mogą wywołać większego podrażnienia i tem samem widocznych dla chorego objawów.

Dopiero po pewnym czasie gonokoki, rozmnażając się, przesuwają się wzdłuż cewki moczowej coraz głębiej i wywołują szereg przykrych objawów.

Symptomy chorobowe ostrej rzeżączki pojawiają się stopniowo. Spoczątku daje się odczuć lekkie swędzenie w ujściu cewki moczowej i pojawia się wydzielina śluzowa, w nieznacznej zresztą ilości. Gdyby chorzy w tem początkowem stadjum zwracali się do lekarza, to mogliby zapobiec rozwojowi choroby. Wtedy bowiem można jeszcze szybko zlikwidować proces chorobowy i usunąć grożące niebezpieczeństwo. Niestety, lekarz rzadko ma do czynienia z pacjentami w tem stadjum chorobowem. Początkowych, mało wyraźnych objawów w cewce moczowej chorzy naogół nie zauważają albo nie przywiązują do nich należytej wagi, spodziewając się, że wszystko przejdzie samo przez się. Jednak objawy stanu zapalnego stają się coraz bardziej dokuczliwe. Zazwyczaj na 4—6 dzień po zarażeniu pojawia się ostry, piekący ból, szczególnie dotkliwy przy oddawaniu moczu. Zamiast wydzieliny śluzowej zaczyna sączyć się obficie gęsta, zielonkawo-żółta ropa. Wskutek tego mocz, oddany do szklanki, jest mętny. Choremu dokuczają ciągłe bolesne naprężenia organu płciowego (t. zw. *erekcja)*, następujące nawet bez żadnej podniety. Ujście cewki moczowej zaognia się i nabrzmiewa.

Proces zapalny ostrej rzeżączki początkowo obejmuje tylko przednią część cewki moczowej. W takich wypadkach mówimy o rzeżączce przedniej. Przy pomyślnym przebiegu procesu chorobowego tryprowe zapalenie błony śluzowej ogranicza się tylko do przedniej części cewki. Stopniowo objawy chorobowe słabną, bóle stają się coraz mniej dotkliwe, wydzielina ropna znów przechodzi w śluzową, i w 1½ do 2 miesięcy od zarażenia choroba ustępuje całkowicie.

Lecz w wypadku niestosowania prawidłowego leczenia i nierozsądnego zachowania chorego, zapalenie, jak już powiedzieliśmy, posuwa się coraz dalej wzdłuż cewki moczowej i zazwyczaj w 3-im tygodniu od początku choroby przechodzi do tylnej jej części.

Najczęstszemi przyczynami rzeżączki tylnej części cewki moczowej są: nieumiejętne szprycowanie, nadużywanie ruchu, ciężka praca fizyczna lub sport (konna jazda, jazda na rowerze, tańce i t. p.), używanie napojów alkoholowych, a przedewszystkiem stosunki płciowe, absolutnie niedopuszczalne przy rzeżączce. Rozszerzenie się choroby na tylną część cewki często następuje dla chorego niepostrzeżenie, stopniowo; przeważnie jednak występują dość ostre objawy. Wprawdzie przy tylnej rzeżączce wydzielanie się ropy zmniejsza się lub wogóle ustaje, lecz chory zaczyna się uskarżać na częste (co 15—20 minut) i bolesne oddawanie moczu, nietylko w dzień, ale i w nocy, co pozbawia go snu. W miarę oddawania moczu ból potęguje się, ale i potem nie znika całkowicie, dając się dotkliwie we znaki w kroczu.

Nader często pod koniec oddawania moczu po ostatnich kroplach uryny pojawia się krew. Mocz, oddany przez chorego kolejno do dwóch szklanek, wskutek domieszki ropy w obu szklankach jest mętny, podczas gdy przy rzężączce przedniej mocz w drugiej szklance nie zawiera ropy i jest przezroczysty.

RZEŻĄCZKA PRZEWLEKŁA

Jeżeli chory nie przeprowadził leczenia rzeżączki do końca lub leczył ją nieodpowiednio, jeżeli organizm jego jest słaby i mało odporny, to rzeżączka ostra przechodzi w przewlekłą. Ból przy rzeżączce przewlekłej jest znikomy, a niekiedy nie dokucza nawet wcale. Często chorzy, cierpiący na rzeżączkę przewlekłą czyli chroniczną, doznają lekkiego palenia, kłucia lub swędzenia w cewce podczas lub po oddaniu moczu. Najbardziej dręczy chorych wydzielina z cewki moczowej w postaci kropli, wysączającej się zrana lub po dłuższej przerwie pomiędzy jednem oddaniem moczu a drugiem.

Badanie mikroskopowe wykazuje, że kropla taka składa się z ropy i gonokoków. Zresztą przy rzeżączce przewlekłej, gonokoki niezawsze występują w wydzielinie, co bynajmniej nie świadczy o nieobecności ich w tkance cewki moczowej. Tylko lekarz na podstawie szeregu skrupulatnych badań i długotrwałej obserwacji może stwierdzić, czy w cewce moczowej chorego gonokoki są obecne, czy też nie. Natomiast chory z otrzymanego wyniku analizy, stwierdzającego nieobecność gonokoków, nie powinien samodzielnie wyciągać wniosków o zaraźliwości czy niezaraźliwości swej wydzieliny.

(D. c. n.)

Dr. I. P.

Kobieta jako żona i matka

II.

POPĘD PŁCIOWY

Pierwsze krwawienia miesięczne u młodej dziewczyny świadczą o ukończeniu procesu dojrzewania płciowego. Teraz szybko zaczynają się rozwijać poszczególne cechy typu kobiecego. Równocześnie młode dziewczę zaczyna odczuwać popęd płciowy. Dziewczyna staje się kobietą, zdolną do prowadzenia życia płciowego i do macierzyństwa. Zmiany, zachodzące w tym okresie w ustroju dziewczyny, dotyczą nietylko anatomicznej budowy ciała, lecz wpływają bardzo silnie również na całe jej życie psychiczne. Pierwsze krwawienia miesięczne wywołują wielkie zmiany w usposobieniu młodych dziewcząt. Początkowo tracą one radość życia, stają się zamknięte w sobie, nieco melancholijne, uczą się mniej pilnie niż przedtem, często źle sypiają i stają się nerwowe. Popęd płciowy przybiera początkowo postać mglistych, nieokreślonych życzeń i dążeń. W tym okresie tęsknią młode dziewczęta za miłością, o charakterze romantycznym lub zgoła fantastycznym. Później popęd płciowy przybiera kształty realniejsze. Miłość przenosi się na określonego mężczyznę, do którego dziewczyna przywiązuje się całem sercem i gotowa jest złożyć w jego ręce całą swą przyszłość.

Wiemy dobrze, że młode dojrzałe dziewczę cierpi spowodu niezaspokojenia popędu płciowego niemniej, niż młody mężczyzna, i że powstrzymywanie się od stosunków płciowych ujemnie wpływa na jej zdrowie. Kobiety, zachowujące przez długi czas zupełną wstrzemięźliwość płciową skłonne są do całego szeregu schorzeń kobiecych, jak zapalenie macicy i t. p., a także do szeregu zaburzeń nerwowych. Dopiero rozpoczęcie regularnego życia płciowego, dopiero pożycie małżeńskie może usunąć wiele schorzeń, które powstały na tle niezaspokojonych namiętności.

POCZĘCIE I CIĄŻA

W życiu kobiety poczęcie i ciąża odgrywają olbrzymią rolę, gdyż w czasie ciąży w organiźmie jej zachodzi cały przewrót. Zmiany powstają nietylko w budowie anatomicznej ustroju kobiecego, lecz także w jego czynnościach fizjologicznych. Pozatem jest ciąża wstępem do wielkiego i ciężkiego przeżycia: porodu. Ten stan ustroju kobiety i okoliczność, że chodzi tu o życie nowej istoty, która ma dopiero przyjść na świat, wymagają specjalnej opieki nad zdrowiem. Ciąża wymaga od kobiety specjalnej higjeny, uwzględniającej wszystkie zmiany, zachodzące w jej ustroju.

U człowieka, jak u wszystkich zwierząt rozdzielnopłciowych, rozmnażających się poprzez stosunki płciowe między osobami odmiennych płci, powstaje nowa istota przez połączenie się nasienia męskiego z jajeczkiem kobiecem.

Najważniejszym wewnętrznym narządem płciowym kobiety są jajniki. Leżą one po obu stronach macicy i są wielkości migdałów lub jaj gołębich. Jajniki pokryte są mocną otoczką, wewnątrz zaś składają się z substancji pasmowatej. Między temi pasmami leżą małe pęcherzyki o ogromnej ilości. Dopiero co urodzona dziewczynka przynosi na świat około stu tysięcy takich pęcherzyków, zczasem większość spośród nich ulega jednak zniszczeniu, tak że dziewczyna 17-letnia posiada ich już tylko 5 tysięcy, dorosła zaś kobieta jeszcze mniej.

Przyjrzyjmy się teraz czynnościom jajnika i losowi pęcherzyków, znajdujących się w nim. Od czasu do czasu jeden z pęcherzyków w jajniku zaczyna się powiększać i wkońcu pęka. Wydziela się z niego wtedy dojrzałe jajeczko, wypada z jajnika, dostaje się do jajowodu i wędruje do macicy. To tak zwane jajeczkowanie, czyli owulacja (*ovum* po łacinie znaczy jajo) pozostaje w ścisłym związku z krwawieniami miesięcznemi. Podstawowym bowiem procesem w ustroju kobiety jest okresowe dojrzewanie jajeczka. Dojrzewanie to odbywa się przez cały okres dojrzałości płciowej raz na 4 tygodnie. Wraz z początkiem owulacji zaczyna poruszać się błona śluzowa macicy, która się zrośnie z jajeczkiem, jeżeli ulegnie ono zapłodnieniu po spółkowaniu z mężczyzną. Jeżeli zaś dojrzałe jajeczko nie napotyka na swej drodze zapładniającego nasienia męskiego, zginie ono, błona śluzowa macicy wróci do stanu pierwotnego, śluz zaś wraz z krwią uzewnętrzni się w postaci krwawienia miesięcznego. Każdą miesiączkę należy przeto uważać za niedoszłą ciążę, jakby za poronienie jajeczka, któremu brakowało plemnika męskiego, by się rozwiązać poprzez zawiązek płodu w płód, a potem w dziecko. Owulacja odbywa się mniej więcej między 14-ym a 16-ym dniem okresu międzymiesiączkowego.

W ten sposób przyroda daje kobiecie co miesiąc możliwość zapłodnienia. Przy spółkowaniu z mężczyzną dostaje się do narządów płciowych kobiecych nasienie, wytryskujące z narządów płciowych męskich. Niewielka ilość nasienia składa się z paruset miljonów drobnych komórek, w których pod mikroskopem odróżnić można małą główkę i ogonek. Drobne te ciałka, t. zw. plemniki, poruszają się ruchem samoistnym, przenikają coraz głębiej do wewnętrznych narządów płciowych kobiety, i docierają wkońcu do macicy. Olbrzymia większość plemników ginie po drodze z różnych przyczyn, głównie spowodu kwaśnych płynów, wypływających z narządów płciowych i niszczących miljony żywych komórek, które wtargnęły do ustroju kobiety. Wystarczy jednak, aby jeden plemnik spotkał na swej drodze jajeczko, które tu również przywędrowało, a zapłodnienie nie ulega wątpliwości. Plemnik wrzyna się główką w jajeczko i zespala się z jego jądrem wewnętrznem, i nowe ciałko, powstałe z połączenia komórki męskiej z komórką kobiecą, zaczyna natychmiast rozwijać się jako przyszły płód.

Wraz z rozpoczęciem ciąży ustają okresowe owulacje, ustają także krwawienia miesięczne. Błona śluzowa macicy nie wraca już do stanu poprzedniego, nie wypływa z niej krew, przeciwnie, rozwija się ona coraz bardziej, by stworzyć dogodne podłoże dla rozwoju zapłodnionego jajeczka.

Jak widzimy, do zapłodnienia i ciąży dochodzi niezależnie od woli mężczyzny i kobiety, którzy ze sobą spółkowali. Są oczywiście sztuczne środki zapobiegania ciąży, o których jeszcze pomówimy, tak samo jak omówimy jeszcze zagadnienie kobiet bezpłodnych. Naiwnem jest jednak mniemanie niektórych kobiet, iż zajście w ciążę jest całkowicie zależne od ich woli.

Pozostaje jeszcze do omówienia zagadnienie, kiedy istnieją szczególnie pomyślne warunki dla zajścia w ciążę. Najnowsze badania wykazały, iż najpomyślniejsze warunki dla zajścia w ciążę istnieją w ciągu mniej więcej 19—12 dni przed datą nastęnej miesiączki. W tym okresie zachodzi bowiem największe prawdopodobieństwo, iż przynajmniej jeden spośród setek miljonów plemników, które wtargnęły podczas spółkowania do narządów rodnych kobiety, w swej wędrówce napotka na jajeczko, które w okresie owulacji wypadło z jajnika i rozpoczęło wędrówkę naprzeciw plemnikom, aby ulec zapłodnieniu.

Od poczęcia rozpoczyna się okres ciąży, który omówimy w następnym artykule.

Dr. A. Goliszewski

Czy są kobiety „zimne"?

Problem seksualnej obojętności kobiety zajmuje ostatnio umysły najwybitniejszych seksuologów.

Usiłuje się wniknąć wgłąb tego zjawiska, analizując stan duchowy „zimnej kobiety". W ciągu długiego czasu problem ten był otoczony gęstą zasłoną.

Ostatnie badania w tej dziedzinie w dużej mierze odchyliły tę zasłonę. Zimna kobieta jest nader częstem zjawiskiem. Rozmaici uczeni, którzy dokładnie badali to zagadnienie, usiłują nawet ująć je statystycznie. Niektórzy twierdzą, że liczba zimnych kobiet sięga 50-ciu procent, inni znów uważają, że liczba ta jest zbyt wysoka i podają 30, 20 procent.

Trudno jest podać w tak delikatnej materji, jak seksualna obojętność kobiety, dokładne liczby statystyczne. Podkreśla się tylko ważny fakt, że wśród zdrowych, normalnych kobiet obojętność seksualna jest rzadkiem zjawiskiem, natomiast u kobiet nerwowych zdarza się ona bardzo często.

Należy wziąć pod uwagę jeszcze jedno: kobiety są w znacznie większej mierze wstydliwe, aniżeli mężczyźni.

Ta właśnie okoliczność nie pozwala im mówić z lekarzem o swych seksualnych uczuciach. Kobiety częstokroć ukrywają swe miłosne wrażenia i udają, jakoby cała ta sprawa nic ich nie obchodziła. Być może, że kobieta sama częstokroć nie zdaje sobie sprawy ze swych uczuć. I gdy lekarz zadawalnia się odpowiedzią kobiety, wierząc jej tylko na słowo, wówczas nie może mieć dokładnego wyobrażenia o jej uczuciach. Wiele kobiet, podających się za „obojętne" posiadają w gruncie rzeczy bardzo gorące natury i tylko wskutek odczuwanego wobec lekarza wstydu zadeklarowały się, jako zimne kobiety.

Gdy zaś lekarz zdobywa całkowite zaufanie swej pacjentki, wówczas ta przyznaje się, że wcale nie jest „zimna".

Jak widać z powyższego, należy traktować statystyczne dane w tej dziedzinie bardzo ostrożnie. Pomimo to jednak wszyscy znawcy kobiet przyznają, że „zimna kobieta" jest zjawiskiem bardzo częstem, co usprawiedliwia żywe interesowanie się tym problemem.

Dla „zimnej kobiety" stan jej nie jest obojętny. Uważa siebie za mniej wartościową (Minderwertigkeitgefühl). I dzieje się tu to samo, co z mężczyzną impotentem, który czuje się niezmiernie upokorzony wskutek swej niemocy. „Zimna kobieta" również znajduje się w stanie depresji. Często wpada w neurastenję, a nawet histerję. Poczucie niższości może ją nawet doprowadzić do melancholji.

Seksualna obojętność kobiety objawia się w rozmaitych formach. Niektóre posiadają wogóle bardzo słaby popęd płciowy i podczas stosunku nie występuje zupełnie t. zw. orgazm (najwyższy stopień rozkoszy). U innych orgazm daje się rozbudzić, ale w bardzo słabym stopniu. Do trzeciej kategorji należą kobiety,odznaczające się gwałtownym popędem płciowym, które jednak nie mogą dojść do orgazmu.

Nieraz udaje się ustalić jedną dominującą przyczynę, ale obok niej nie brak innych, mniejszych.

Seksualna obojętność zostaje zatem wywołana przez zbiorowe oddziaływanie całego szeregu czynników.

Wśród t. zw. „zimnych" kobiet znaczny procent odznacza się skłonnością do homoseksualizmu. Kobiety takie odczuwają wogóle mały pociąg do mężczyzn. O wiele bardziej pociągają je kobiety. Nie należy przypuszczać, że homoseksualizm jest wyjątkowem zjawiskiem, które bardzo rzadko się zdarza.

— Czy są kobiety „zimnne?" Gwiazda ekranu Ginger Rogers, sądząc po sobie, twierdzi, że... nie.

Oddzielną grupę stanowią kobiety, u których akt płciowy wywołuje bóle. Nieraz bóle te są tak wielkie, że twarz kurczy się w bolesnym grymasie i kobieta płacze i krzyczy z bólu. Stan ten znany jest pod nazwą: „waginizm" (bolesna wrażliwość pochwy). Nieraz waginizm jest rezultatem wypukłości, które wytworzyły się w organach płciowych po procesie zapalnym. W wielu wypadkach nie można ustalić żadnych zmian organicznych. Wówczas waginizm jest zjawiskiem czysto psychicznem.

Seksualna obojętność jest zjawiskiem nader skomplikowanem. Współczesna seksuologja wskazuje na szereg przyczyn. Należy jednak pamiętać, że w każdym wypadku działa nie jedna, lecz kilka przyczyn.

Prawda, absolutny homoseksualizm, przy którym popęd ku tej samej płci jest niezwykle silny, zaś uczucia dla przeciwnej płci są zupełnie obojętne, jest zjawiskiem rzadkiem. Ale pomiędzy silną tendencją homoseksualną, a stanem normalnym istnieje cały szereg form przejściowych, często spotykanych. Kobieta o tego rodzaju skłonności homoseksualnej może pozostać zupełnie obojętna wobec normalnie rozwiniętego mężczyzny. Natomiast, gdy napotka mężczyznę o wyraźnych cechach kobiecych (kobieca twarz, delikatna skóra, kobiecy głos i t. p.), wówczas chłód jej może zniknąć i może ona osiągnąć pełny orgazm.

(D. c. n.)

Dr. M. L.

Z pamiętnika kobiety-lekarza

Autorką tych opowiadań jest kobieta-ginekolog, obdarzona subtelnem odczuciem krzywdy ludzkiej, która umiała pomimo swego zawodu, zachować uczuciowy stosunek do pacjentów.

Opowiadania lekarza-ginekologa są w swej prawdzie życiowej chwilami brutalne, lecz nigdy nie fałszywe i nie splamione konwencjonalnem kłamstwem. Pomimo drażliwości tematu i sytuacji, może je czytać nawet młodzież, gdyż przepojone są duchem humanitaryzmu, zdrowym stosunkiem do poruszanych spraw i mogą stanowić pouczającą lekturę w czasie, kiedy tyle się mówi o seksualnem uświadomieniu młodzieży, mającem zapobiegać złym skutkom niewiedzy. Oto językiem życia przemawia do nas, o najbliżej nas obchodzących sprawach — przyjaciółka lekarz, wiedząca, przestrzegająca i umiejąca zaradzić. Tylko takie podejście należy mieć do cyklu poniższych opowiadań.

ŚWIADECTWO DZIEWICTWA

Przyjmowanie pacjentów rozpoczynam o godzinie 2-ej. Zwykle zjawiam się w bulatorjum o kilka minut wcześniej. Według kwestjonarjuszy, wypełnianych przez felczerkę, zaznajamiam się z pacjentem, nim go ujrzę. Każdy z nich wyrasta przedemną, niby żywa fotografja. Jeśli zestawić wiek, zawód i położenie rodzinne pacjenta — można na zasadzie syntezy — podnieść zasłonę z jego życia.

Zwykłam z ciekawością zaglądać do duszy pacjentów, nie ograniczając się tylko normalną djagnozą lekarską. Zdaje mi się, iż winno to być obowiązkiem lekarza. W przeciwnym razie lekarz nie zrozumie chorego i nie potrafi go nigdy wyleczyć. Jakże ciężko jest mi znieść pełne niepokoju, pytające spojrzenie chorego! Zupełnie patrzy na mnie tak, jakbym powinna go była nietylko wyleczyć, ale i pomóc we wszystkich troskach życia. Niestety, nie każdy lekarz umie temu zaradzić — w większości wypadków nic poradzić nie możemy... W takich chwilach, kiedy chory patrzy na ciebie, jak na zbawiciela — chciałoby się człowiekowi stać wprost niewidzialnym! Pragnę poznać swych pacjentów: oto powód dlaczego przychodzę do kliniki, zanim zbierają się pacjenci.

Dziś, zdawało mi się, że dzień zapowiada się wyjątkowo dobrze. Przyszłam bardzo wcześnie. Chorych mało, bo brzydka pogoda. Kiedy weszłam do długiego korytarza lecznicy — zdawało mi się, że nikt na mnie nie czeka. Lecz tuż, u drzwi gabinetu, na długiej, malowanej ławce, siedziała z głową opuszczoną nisko, młoda dziewczyna. Granatowy, elegancko uszyty kostjum, filcowy szykownie upięty kapelusik. Jedwabne pończoszki odsłaniały wysoko ładnie utoczoną nogę, obutą w zgrabny pantofelek na wysokim obcasie. Poza ścianami gabinetu jestem więcej kobietą, niż lekarzem i dlatego umiem spamiętać wszystkie szczegóły toalety i powierzchowności. oczekującej mnie pacjentki. Twarzy nie widziałam. Chora inaczej niż wszystkie, na mnie nawet nie spojrzała.

Gabinet mój — to niewielki, jasny od białych ścian i mebli mały pokoik. Wszystko tu białe: i moje biurko, stojące tuż obok okna i fotel ginekologiczny przy ścianie na prawo i umywalnia i szafka z instrumentami. Dwa białe krzesełka. Na wieszaku biały fartuch.

Zainteresowana chorą, po włożeniu fartucha, podchodzę do biurka. Na biurku karteczka — dane o pacjentce. Nazwisko i imię nic mi nie mówią. Panna, 22 lata. Nie chorowała nigdy. Prawdopodobnie — usunięcie płodu. Otwieram drzwi proszę ażeby weszła. Teraz spojrzałem jej w twarz. Blada, o matowej cerze, piękne błękitne oczy, osadzone głęboko. Delikatna, nieco wątła. Wyraźnie ukrywa jakiś smutek.

— Proszę usiąść. Słucham.

Milczenie. Blada twarz obleka się rumieńcem, następnie znów bladość nienaturalna.

I ja milczę. Czekam. Przyzwyczajona jestem do takich „nastrojów" moich pacjentek. Rozumiem, że przyczyną ich jest wstydliwość, lęk przed opowiedzeniem „całej prawdy", — szczególnie, gdy w grę wchodzi związek nielegalny. Pomyślałam, że i w tym wypadku chodzi o coś podobnego. Lecz zbyt wyraźnie na twarzy mojej pacjentki znać było walkę wewnętrzną, a ja nie przestawałam spoglądać jej w oczy i powtarzać:

— Proszę powiedzieć, co pani dolega?

Dopiero teraz zauważyłam, że pacjentka wyciągnęła do mnie rękę w skórkowej rękawiczce. W ręce list, szara koperta. Adres: Do lekarki N. N. list otwarty. Kilka wierszy, napisanych śmiałym, męskim charakterem pisma. Nie rozumiem o co chodzi? Czy prośba o posadę, o protekcję? Ale cóż ja mogę zrobić?

Cichy głos:

— Proszę przeczytać, na miłość Boską!

Oto, co było w liście:

Szanowna Pani! (następuje moje imię i nazwisko)

Zwracam się do pani z uprzejmą prośbą, aby zechciała Pani zbadać oddawczynię listu (następuje imię i nazwisko) i stwierdzić jej dziewictwo. A jeżeli niewinność stracona to kiedy i w jaki sposób. Proszę mi dokładnie odpowiedzieć — szczerze obowiązany.

Teraz, kiedy przeczytałam list, pacjentka uspokoiła się nieco, a właściwie zupełnie oniemiała. Długie, czarne rzęsy zakryły oczy. Cierpienie? Obawa?

Zaczynam coś podejrzewać.

— O co właściwie chodzi?..

— List od narzeczonego... Nie wierzy mi... Nie chce się ożenić, dopóki nie dostanie świadectwa od lekarza, że jestem... że...

Nie dokończyła. Nie mogła. Lecz ja pojęłam wszystko.

— A pani?

Omało nie wpadłam w zwykłą ciekawość. Lekarz nie powinien interesować się szczegółami intymnego życia pacjentów, jeśli chory sam nie opowiada, albo gdy tego nie wymaga potrzeba wykrycia choroby.

Odpowiadam surowo:

Lekarz takich świadectw nie wydaje. Tylko z ramienia ekspertyzy sądowej. Wzrok błagalny. Długie rzęsy odsłaniają nieskończone cierpienie.

— Doktorze, ja to rozumiem. To okrucieństwo z jego strony. Lecz były zaręczyny, wstyd przed rodziną, znajomymi... Rodzice w nędzy... Błagam, niech pani nie odmawia...

Uspokajam ją, jak mogę:

— A pani? Wszak pani sama wie najlepiej... Czy... po raz pierwszy wychodzi pani zamąż? Czy nie kłamie pani przed narzeczonym?

Ból dosięgnął zenitu. Łkanie.

Jestem uczciwą... dziewczyną...

— A dlaczego on nie wierzy? Czy był powód?

— Nie wiem... nie wiem... dlaczego... błagałam na kolanach, przysięgałam.

A on mówi... Taka ładna, niemożliwe, żeby była nietknięta... nie można ciebie nie kochać... Mówi... że niemożliwe, aby, dotychczas... mężczyzna...

Żal mi pacjentki: czy podejrzenia narzeczonego słuszne, czy nie słuszne — co mi do tego? Jednocześnie sama powątpiewam w jej szczerość. Symulacja jest tak częsta. Chce rozczulić lekarza łzami, dostać świadectwo i ukryć jakiś „grzech". Tu już nie ciekawość, a obowiązek lekarza.

— Proszę się położyć, zbadam.

Skonstatowałam dziewictwo mej pa-

cjentki i powiedziałam jej o tem.

Schodząc z fotela ginekologicznego i doprowadzając ubranie do porządku, dziecinnie, cała we łzach, mówi:

— Ja wiedziałam... Ale potrzeba mi świadectwa... On myśli o mnie...

— Świadectwo? Takiego świadectwa się nie wydaje.

I palnęłam kazanie. Mówiłam jej o niewolnictwie kobiety i o upokorzeniach, jakie znosić musi, dzięki przesądom niekulturalnych mężczyzn. Że taki człowiek zasługuje na pogardę i t. d.

Mówiłam, czując że moja mowa nie osiąga celu. Bez słowa, pacjentka wyszła z gabinetu, pochylając się pod ciężarem rozpaczy...

— Następna...

Rozpoczęła się praca. Dużo miałam chorych owego dnia, a przecież pacjentka o głębokich, błękitnych oczach nie przestawała zajmować moich myśli.

Kiedy wychodziłam z ambulatorjum i ubierałam się właśnie na dole, zawołała mnie felczerka:

— Czeka na panią, doktorze, telefon terminowy.

Ubierając się po drodze, podchodzę do aparatu.

— Kto mówi?

Solidny baryton odpowiada mi:

— Przepraszam, doktorze — dziś właśnie z listem była u pani moja narzeczona.

Domyśliłam się — to autor listu mówi.

— Panie inżynierze! Wszystko, co uważałam za stosowne, powiedziałam pacjentce. Niepotrzebnie obraża pan kobietę.

Gwałtownie odłożyłam tubę.

Dr. A. Larska

Reportaż z domu śmierci

Sekcja zwłok w Zakładzie Medycyny Sądowej

Przy cichej odludnej ulicy Oczki, na uboczu miasta, znajduje się niewielki niepozorny piętrowy budynek Zakładu Medycyny Sądowej. Parę razy dziennie spokój ulicy zakłóca *zielona karetka samochodowa,* zatrzymująca się przed boczną bramą budynku. Ludzie ubrani w białe, płócienne fartuchy, wynoszą z samochodu jakiś podłużny nieruchomy przedmiot. Są to *zwłoki człowieka,* który przed paroma godzinami *stracił życie* spowodu samobójstwa, wypadku lub zabójstwa. Policja przesyła jego zwłoki do Zakładu Medycyny Sądowej dla dokonania sekcji. Do ręki trupa doczepiona jest *tabliczka z pieczęcią policyjną* i stwierdzeniem tożsamości zmarłego.

Ustalenie przyczyny zgonu.

W obszernej nowocześnie urządzonej sali sekcyjnej Zakładu *na czterech marmurowych stołach* odbywają się sekcje. Po *sfotografowaniu* i oględzinach zwłok lekarz przystępuje do właściwego zadania. Ustala szereg danych co do stanu wewnętrznych narządów zmarłego, oraz co do przyczyn, które spowodowały zgon. Obok siedzący protokulant spisuje protokół przebiegu sekcji, zakończony orzeczeniem lekarza.

Zakład Medycyny Sądowej dokonywuje *dwóch rodzajów sekcyj.* Pierwszy rodzaj to sekcje *policyjno-sanitarne,* dokonywane w wypadkach samobójstw, nagłych zgonów, niezawinionych wypadków. Drugi rodzaj — to *sekcje sądowo-lekarskie,* zarządzone przez prokuratora. Dotyczą one przedewszystkiem przypadków zabójstw. Protokóły tych sekcyj zostają następnie załączone do aktów sądowych.

Niejednokrotnie zdarzają się wypadki, że *policja nie jest w stanie ustalić* tożsamość zwłok. Czasami jest to samobójca, czasami wreszcie ofiara mordu, której zabójca umyślnie zabrał wszelkie papiery, stwierdzające tożsamość, w celu utrudnienia śledztwa policyjnego. Zwłoki te pozostają przez dłuższy czas w prosektorjum, aby zainteresowani, którzy mogliby rozpoznać zmarłego mieli możność go oglądać.

Pokaz nieboszczyków.

Dawniej zwłoki takie umieszczano w t. zw. *mordze.* Była to *sala o specjalnie niskiej temperaturze,* służąca do wystawiania na pokaz nierozpoznanych nieboszczyków. Obecnie tego rodzaju *morgi przestały istnieć.* Nawet słynna morga paryska nie ostała się postępowi nauki i techniki.

Zwłoki, których tożsamości nie udało się policji stwierdzić, zostają umieszczone *w specjalnych chłodniach,* oziębianych przy pomocy *kwasu węglowego.* Warszawski Zakład Medycyny Sądowej posiada chłodnię, która może pomieścić *dwanaście trumien.* W boksach, wyłożonych kafelkami, temperatura opada poniżej 10% zimna. Daje to możność zachowania zwłok przez bardzo długi okres czasu. W razie potrzeby są one *przenoszone do specjalnego pokoju i okazywane zainteresowanym.*

Badania osób żywych.

Poza sekcjami zwłok Zakład Medycyny Sądowej przeprowadza na polecenie władz sądowych *cały szereg badań osób żywych,* gdy chodzi o ustalenie pewnych danych. Najważniejsze miejsce zajmują tu *ofiary wszelkiego rodzaju bójek* i awantur potem idą *dochodzenia w sprawie zgwałceń,* wypadków czynów *lubieżnych* zarażeń *chorobami wenerycznemi* i w sprawach *homoseksualnych.* Zakład przeprowadza także badania dowodów rzeczowych, jak *plamy krwi, ślady nasienia, włosy* i inne.

W pierwszym jednak rzędzie Zakład jest instytucją naukową. Kształci się w nim szeregi przyszłych lekarzy i prawników, mogących wiadomości teoretyczne pogłębiać ćwiczeniami praktycznemi. Ciekawsze wypadki z praktyki Zakładu jak również bieg jego prac są *ogłaszane w fachowych czasopismach* krajowych i zagranicznych. Ilość badań przeprowadzonych przez Zakład *systematycznie się zwiększa,* co nie świadczy jednak o ogólnym wzroście przestępczości, lecz o wzrastającem stale w sferach sądowych przekonaniu o *konieczności ekspertyz sądowo-lekarskich.*

Z. K.

Transfuzja i infuzja krwi

Transfuzja i infuzja krwi odgrywają w medycynie bardzo doniosłą rolę. Pierwszą transfuzję krwi przeprowadził Jean Deuis w roku 1667. Mimo, że szczęśliwie mu poszło, jednak pewne zarządzenia zniosły transfuzję i zapomniano o niej. Dopiero Paul Scherle przypomniał ogółowi o istnieniu takowej, która przecież setki ludzi ratuje od śmierci. Dzisiaj transfuzja krwi jest rzeczą popularną w medycynie. Również infuzja krwi jest dobrodziejstwem natury np. przy cholerze stosuje się ją do zwalczania niebezpieczeństwa, które przy cholerze istnieje.

(Wiener Klinik)

KOSMETYKA DLA WSZYSTKICH

Pielęgnacja skóry

Pielęgnacja skóry składa się naogół z trzech faz: oczyszczania, wygładzania, i ochraniania.

Jeżeli chodzi o oczyszczenie skóry, to należy przez to rozumieć oczyszczenie porów.

Wygładzanie skóry odbywa się przez działanie na gruczoły łojowe, pobudzane przez działanie na naczynka włoskowate (kanały włoskowate).

Ochranianie zaś skóry ma na celu zabezpieczenie przed szeregiem szkodliwych zewnętrznych czynników.

Jak powstają wągry

Znaczenie porów jest bardzo wielkie. Są one jakby organami oddechowemi skóry. Kurz osiada zwykle w porach. Czynniki zewnętrzne umacniają go i w ten sposób następuje zatykanie się porów. Zamknięte także zostają główne drogi wydzielania tłuszczu. Dzięki temu powstają wągry tak szpecące cerę.

Niektórzy zaczynają w tym wypadku myć twarz wodą i mydłem. Niebardzo to jednak pomaga. Usuwa się w ten sposób tylko górną część wągra. Należy więc użyć środków nie wysuszających i działających także wewnętrznie, aby wywołały rozpuszczenie się również i korzenia wągra.

Dwie metody oczyszczenia skóry

Słynna kosmetyczka paryska Dorothy Gray ma dwie metody oczyszczenia skóry. Zaleca ona doskonały zwykły krem dla skóry normalnej, lub suchej, oraz krem płynny dla skóry tłustej. Oba te kremy wsiąkają w pory, następnie przedostają się do kanału, rozpuszczają kurz i wydobywają go nazewnątrz. Skóra jest więc już oczyszczona.

Zabezpieczenie skóry od pękania

Należy teraz zabrać się do wygładzania jej. Wygładzenie skóry ma na celu zabezpieczenie jej od pękania. Już gruczoły łojowe mają za zadanie natłuszczenie skóry. Lecz działalność ich niezawsze jest dostateczna. Dorothy Gray postanowiła więc znaleźć jakiś środek, któryby dopełniał działalność gruczołów łojowych i poleca dla suchej skóry mieszaninę ze wschodnich olejków. Dla bardzo wrażliwej skóry poleca krem, spreparowany z olejków najdelikatniejszych.

Norma Shearer „kowalem“ własnej urody

Wpływ picia kawy na skórę

Któż to nie pija kawy? Są nawet i tacy, że bez kilku „czarnych“ dziennie nie byliby zdolni do pracy. A jednak *chroniczne używanie kawy ma swój ujemny wpływ na narządy trawienia.* Objawiają się one wykrztuszaniem dużej ilości flegmy, kwasami żołądkowemi odbijaniem, mdłościami, wymiotami, zgagą, kurczami żołądkowemi, ciśnieniem w dołku po jedzeniu, i uporczywem zaparciem stolca, naprzemian z biegunką, której dość często towarzyszą kolki i parcie. Także i na wątrobę działa kawa ujemnie.

Jakie są objawy chorób skórnych przy chronicznem używaniu kawy? „Świerzbiączka“. Jest to nieznośna i dokuczliwa choroba, a chory drapie się niekiedy prawie do wściekłości. Przykra ta choroba szczególnie daje się we znaki w dzień, a w nocy prawie, że ustaje. Dla smakoszy kawy to bardzo ważna rzecz. Pijcie kawę ale nie „zapijajcie“ się nią zbytnio.

Skuteczny środek na ogorzeliznę

Do szklanki mleka wpuścić 15—20 kropel wody kolońskiej i wymieszać. Po umyciu twarzy i szyi na noc czystą przegotowaną wodą, wytrzeć do sucha, umaczać gąbkę w przyprawionem z wodą kolońską mleku, zwilżyć całą twarz i szyję, i pozostawić do zaschnięcia. Rano obmyć czystą wodą. Mleko najlepiej brać surowe.

Zawiadamiamy naszych P. T. Czytelników, że mies. „Medycyna dla Wszystkich“ ukazuje się 25-go każdego miesiąca i jednocześnie zostaje wysłany wszystkim Szanownym Prenumeratorom, którzy normalnie opłacają prenumeratę

Płyn na wybielanie rąk

Na flaszeczkę wody kolońskiej wziąć pół flaszeczki glicyryny i ¼ część soku ytrynowego, przecedowanego przez muślin. Zlać to wszystko do większej flaszki i dobrze zmieszać. Po umyciu rąk, natrzeć tym płynem i wycierać ręcznikiem nie opłukując już w wodzie.

4 typy kuracji odmładzającej

Istnieją cztery typy kuracji odmładzającej: Steinacha, dalej pewną odmianę tego systemu, stanowi system Dopplera, potem Woronowa i w końcu Jaworskiego.

Nasienne gruczoły posiadają dwa rodzaje tkanek: komórki plennikotwórcze i hormonotwórcze. Steinach nadcina jeden z gruczołów, podwiązuje nasieniowód, naskutek czego funkcje jego ustają a tkanka hormonotwórcza buja, t. j. zwiększa wydajność hormonów. Operację tę można zrobić raz tylko w życiu, gdyż uskuteczniona dwustronnie, daje czasem fatalne następstwa w postaci zaburzeń psychicznych, zwłaszczą u ludzi jeszcze niestarych. Efekt jest niezaprzeczalny, lecz krótkotrwały, obliczany conajwyżej na tygodnie.

Wszelkie przekrwienie tkanek daje również wzmożenie się wydzielin hormonów, to też jednym ze sposobów osiągnięcia tego celu, o lekkiem działaniu, jest przegrzewanie gruczołów za pomocą diatermji.

Doppler szedł po podobnej linji. Nadcinając nasieniowody i drażniąc je lekami, potęgował na krótką metę wzmożenie się działania komórek hormonotwórczych.

Woronow, po doświadczeniach z baranami, początkowo dokonywał prób wszczepiania ludziom baranich gruczołów w ściany mięśniowe jamy brzusznej, lecz podlegały one bardzo szybkiemu wessaniu, absorbowały się, przestawały działać, tworzyć nowe wydzieliny, czyli hormony, to też ten sposób szybko zotał zaniechany. Potem zaczął posługiwać się gruczołami małpiemi. W rezultacie zatrzymano się na pawjanach (kinocephale), równie odpowiednich, a łatwiejszych do zdobycia.

Sam zabieg jest lekki i może być wielokrotnie powtarzany. Polega on na przecięciu skóry i osłonek, poczem bezpośrednio na gruczoł ludzki wszczepia się części podzielonego na ćwiatki gruczołu małpiego. Jednym gruczołem małpim można obsłużyć 2 ludzi. O kosztowności zabiegu stanowi cena małpy, gdyż sama operacja należy do powierzchownych i błahych.

Oczywiście zabieg ten nie może odmłodzić o 30 lat. Ze starca nie zrobi młodzieńca, tylko człowieka w pełni sił żywotnych, zdolnego do pracy i wysiłku, odzyskującego werwę życiową.

Operacje te przeważnie robi się mężczyznom, po pierwsze dlatego, że wysiłek pracy umysłowej mężczyzn do niedawna niewspółmierny był z wysiłkiem kobiet i niewspółmierne też było wyczerpanie wszelkich funkcyj. Przytem kobiecie niewystarczyłoby odmłodzenie o skromne parę lat, 60-letnia staruszka chciałaby wrócić conajmniej do trzydziestki, a to nie jest możliwe. Wreszcie u kobiet byłaby to ciężka operacja chirurgiczna, ze względu na zasadnicze różnice budowy, — operacja, której niemożnaby często powstarzać. Istnieją więc inne, nie tak radykalne sposoby, jak zastrzyki hormonów, połykanie suszonych gruczołów zwierzęcych i t. p.

Czwarty typ kuracji, systemu Jaworskiego, polega na częstych upustach krwi ludzkiej i przelewach specjalnie spreparowanej krwi baraniej.

Dr. B. C.

O czem rodzice wiedzieć powinni

Szkoła i oczy

Szanujmy wzrok naszych dzieci

Oko to chyba jedna z najcenniejszych części organizmu naszego. Wiemy wszyscy doskonale czem jest utrata wzroku — ślepota. Wraz z ślepotą znika dla człowieka cały urok życia.

W niektórych krajach azjatyckich wielu dzieciom już w ósmym roku życia grozi ślepota.

Szanowanie wzroku powinno być pierwszym nakazem dla każdego od najmłodszego wieku.

Już badanie wzroku w szkole wykazują, że w klasach wyższych jest więcej krótkowidzów niż w klasach niższych. Czego to jest wynikiem? Lekceważenia. Krótkowidz od najmłodszych lat nie przykłada. wagi do wady wzroku i idzie dalej w życie, nie zdając sobie sprawy jak dalece to jest szkodliwe i jakie są przykre następstwa tego. Niech mówią cyfry: na 20.000 badanych dzieci 11.000 (!!) miało zły wzrok. Należy wreszcie rozprawić się ostatecznie z tą powszechną lekkomyślnością.

Kiedy przychodzi okres letni, a wraz z nim opalanie się, iluż to widzimy ludzi na plaży z zupełnie odkrytą twarzą. Jeden i drugi nie zdaje sobie sprawy jak przez to ucierpią oczy. Jakże często naskutek niewłaściwego opalania twarzy konstatuję zapalenie spojówki, które przenosi się na rogówki.... Wówczas oko już nie spełnia należycie swoich funkcyj. A przecież można tak łatwo się pozbyć tego wszystkiego w łatwy sposób. Poprostu wystarcza zakryć czemś twarz. Niechaj wyżej wymienione przykłady z życia dzieci szkolnych będą przestrogą szczególnie dla rodziców, chcących mieć zdrowe dzieci. Każdy jeden ślepiec niech będzie żywym przykładem dla tysięcy innych, że należy szanować wzrok.

Dr. M. Cz.

Jesteś smutny — czytaj w „Szpilkach" rzecz Juljana Tuwima o Kiepurze

„Ojcu“. Praktycznie należy przyjąć, że dawka szczepionki błoniczo-płoniczej w ilości ogólnej 5cm^3 zastosowana u dzieci Pana jest w zupełności wystarczająca, przyczem wystąpienie reakcji czy też jej brak jest bez znaczenia. Uodpornienie trwa zasadniczo 3—4 lata, w praktyce jednak powtórnego szczepienia się nie przeprowadza; jedynie w wypadku epidemji szczepi się powtórnie. Na jesieni można będzie szczepić dzieci przeciwko ospie.

„Oczekuję polepszenia“ Jeżeli skrzywienie przegrody nosowej nie przeszkadza Panu w prawidłowem oddychaniu i nie jest przyczyną bólu głowy, to niema wyraźnego powodu do operacji. Jeżeli idzie o inne cierpienia Pana, to trudno radzić na odległość. Należy zwrócić się do lekarza specjalisty-neurologa, względnie udać się na obserwację do szpitala, zakładu leczniczego i t. p.

„Stała czytelniczka z Grudziądza“ Radzimy Pani zwrócić się do lekarza chorób skórnych.

„J. Z.“ Pyta Pani czy kalendarzyk bezpłodnych dni może być zastosowany w celu uniknięcia ewentualnej ciąży. Odpowiadamy. że w t. zw. „bezpłodne dni“ możliwość zajścia w ciążę jest stosunkowo mało prawdopodobna, ale w żadnym razie niewykluczona. Jeżeli chodzi o przedwczesny wytrysk nasienia przy akcie płciowym, to jest on najczęściej wynikiem neurastenji lub ogólnego wyczerpania organizmu (przepracowanie umysłowe, ciężka praca fizyczna i t. d.). Naogół regularny tryb życia wogóle, a życia płciowego w szczególności poprawia ten stan. W wypadkach uporczywych konieczna jest pomoc lekarza-seksuologa. Sprawie tej poświęciliśmy specjalny artykuł w numerze 3 „Medycyny dla wszystkich“.

P. A. Wasilewski. Dyplom „lecznictwa ziołami“ wogóle nie istnieje. Inne kwestje poruszone w liście Sz. Pana nie należą do tego działu; podlegają one przepisom prawno-administracyjnym.

„Medyczka“. W okresie letnim może Pani wykorzystać tak doskonałe, bo naturalne środki przeciwko zaparciu, jak miód, konfitury, owoce (suszone lub gotowane), jarzyny i t. p.

„M. D. Łódź“. Czy dolegliwości Sz. Pani polegające na obecności łupieżu na skórze głowy, wypadaniu włosów nie pozostają w związku z zaburzeniami w wydzielaniu gruczołów dokrewnych (jajniki)? Radzilibyśmy zastosować masaże i naświetlania (lampa kwarcowa), względnie elektrolecznictwo.

P. Melanja Kowan. Szczerze współczujemy, lecz w cierpieniu tak skomplikowanem nie możemy Pani radzić na odległość. O wspomnianym przez Panią podręczniku nie słyszeliśmy.

P. A. Z. Pyta Pan czy istnieje skuteczna walka przeciwko małomówności i jak ją podjąć? Odpowiadamy, że małomówność jest wynikiem wychowania nieodpowiedniego (odosobnienie dziecka od rówieśników, stałe przebywanie w towarzystwie dorosłych) lub też jest kwestją usposobienia (wrodzona nieśmiałość ujawniająca się w starszym wieku). Małomówność może też być jednym z pierwszych objawów zaburzeń psychicznych (melancholja). W każdym wypadku należy odpowiednio indywidualnie postępować w celu jej zwalczania. Prosimy o podanie bliższych szczegółów dotyczących zainteresowanej osoby.

Czy zaburzenie poruszone przez Sz. Pana w pytaniu następnem (2-iem) dotyczą tej samej osoby? Prosimy o szczegóły.

Co piszą inni?

LECZENIE CHRONICZNEGO ZAPALENIA NEREK.

Pierwsza operacja, którą przeprowadził Dr. Beutner na chroniczne zapalenie nerek, miała miejsce 8 stycznia 1898 roku. Zabieg chirurgiczny wykonany został w obu workach nerkowych. Pacjentka miała wówczas 20 lat, była zamężną i w piątym miesiącu ciąży. Przeprowadzone przez długi czas po operacji badania wykazały, że z dawnego chronicznego zapalenia nerek nie pozostało śladu. W początkach tej „ery“, jak to Dr. Beutner nazywa, był on zdania, że leczenie chronicznego zapalenia nerek, polega głównie (ale nie całkiem) na ułożeniu tychże do normalnego stanu. Dalsze jednak doświadczenia i szczegółowe obserwacje, które Dr. Beutner kontynuował na nerkach, które przed krótszym albo dłuższym czasem były operowane, doprowadziły go do wniosku, że dodatnie rezultaty można jedynie otrzymać przez aktywne doprowadzenie krwi do chorej substancji nerkowej.

Większość pacjentów już w 2 miesiące po operacji podjęła swoją pracę. Wśród tych byli i tacy, którzy całe lata przed operacją byli niezdolni do jakiejkolwiek czynności. Z reguły przepisywano pacjentom po operacji djetę. Jest też wskazanem przez pewien czas po operacji być pod obserwacją lekarza. I każdy lekarz operujący powinien o tem nadmienić swoim pacjentom.

(Wiener Klinik).

WPŁYW CZYTANIA KSIĄŻEK NA ZDROWIE.

Jest rzeczą ogólnie znaną, że przy czytaniu książki należy siedzieć w pozycji wygodnej i o ile możności tak, żeby światło padało wprost na książkę. Ze względu na krążenie krwi jest dobrze tak przy czytaniu jak i przy każdej pracy umysłowej zmieniać od czasu do czasu położenie.

W lekturze konieczne jest urozmaicenie. Obok książek poważnych powinny być książki treści lżejszej. Nie należy nigdy męczyć się nad książką, której się nie rozumie. Książka napisana w sposób nudny i suchy, więcej znudzi i znuży, aniżeli pożytku przyniesie, dlatego też powinno się zawsze wybierać książki interesujące i nigdy nie wyobrażać sobie, że książka nudna jest więcej naukowa.

Należy starać się przyswoić sobie o ile możności jak najwięcej z tego co się przeczytało, lecz nigdy nie uczyć się na pamięć pojedyńczych ustępów, bo co się naprawdę rozumie i tak utkwi w pamięci. Nie należy czytać dłużej jak dwie godziny, bez przerwy i z chwilą zaś gdy się poczuje zmęczenie, należy książkę odłożyć i zająć umysł czemś innem.

(Der Arzt)

ZAZIĘBIENIE.

Prawdą jest, że zaziębienie nie jest chorobą, lecz słabością ciała, spowodowaną nadmiernem wydzielaniem ciepła. Jeżeli samoochrona ciała zmniejszy się np. przez wydzielanie nadmiernej ilości ciepła to zarodki w ciele naszem zaczynają się rozwijać. Z tego wynika, że zaziębienie spowodować może tyle różnych chorób, ile różnych organów zaziębieniem zostało dotkniętych. Przy zimnie zagrożone są nos, szyja, kanał oddechowy, i płuca, zaś przy cieple — kiszki.

Ochroną człowieka przed zaziębieniem jest skóra. Nie trzeba się zatem wystawiać nagle na ciepło lub zimno, gdyż tkanki skórne nie mogą dość szybko działać. Dalej prawidłowe działanie skóry jest trudniejsze, jeżeli skóra jest albo za mało, lub za nadto wrażliwa. Pierwsze jest skutkiem zanieczyszczenia skóry, drugie zaś skutkiem za częstych i zbyt gorących kąpieli.

(Blätter f. Volksgesundheitspflege)

NOWINY LEKARSKIE

Kronika — sensacje — ciekawe zdarzenia — humor

Otrucie cyną przez... jedwabne pończochy!

Dr. J. z Wiednia donosi o młodej osobie, która zachorowała na silną anemję, z towarzyszeniem różnych przypadłości nerwowych, przyczem objawiła się anestezja (brak czucia), silne wychudnięcie, uczucie zaziębienia i t. p. W moczu znaleziono nieco białka. Ponieważ niepodobna było wykryć żadnej widocznej przyczyny tak ciężkiego zapadnięcia, powstało podejrzenie otrucia. I przy badaniu przedmiotów chorej, natrafiono na jasno-żółte jedwabne pończochy, które wykazały dużą zawartość cyny.

I co się okazało. Fabrykanci wyrobów jedwabnych dla powiększenia ciężaru jedwabiu, który sprzedaje się na wagę, używają do farbowania zwłaszcza jasnej przędzy jedwabnej dużej ilości chlorku cyny.

Na gołem ciele, szczególnie zaś na częściach, podlegających silnemu przeparowi skórnemu, cyna ulega wessaniu i tym sposobem powstaje zatrucie. Dlatego też nie należy nigdy materjałów jedwabnych, nadewszystko zaś farbowanych nosić bezpośrednio na skórze.

Odkrycie leczniczych źródeł w Milanówku

W Milanówku, w ogrodzie, należącym do p. inż. Cholewińskiego, odkryto źródła mineralne, posiadające podobno własności lecznicze.

Chemiczna analiza poszczególnych źródeł, wykonana w Miejskim Zakładzie Higjeny, wykazała składniki w dużych ilościach: żelaza, magnezu, wapnia, siarczanów i krzemionki.

Odkrycie własności leczniczych, jak zresztą najczęściej bywa z odkryciami, jest przypadkowe. Właściciel terenów źródłowych, p. Cholewiński zatruł parę lat temu, przy pracy, organizm ołowiem. Stan jego zdrowia był bardzo ciężki i kuracja w rozmaitych miejscowościach wodoleczniczych nie odniosła skutku. Po odkryciu swoich własnych źródeł p. Cholewiński, wiedziony instynktem, wybrał sobie wodę z jednego z nich do picia. Po stosunkowo niedługim czasie odzyskał zdrowie, dziś czuje się znakomicie.

Pan Cholewiński pozwala korzystać ze swoich „życiodajnych wód“ bezpłatnie.

Mieszkańcy Milanówka chętnie korzystają ze źródełka. Jego woda usuwa, podobno, dolegliwości wątroby i śledziony. Stwierdziło to już wiele osób.

ŚMIERĆ Z PRZERAŻENIA NA WIDOK FOKI.

GDAŃSK. U wybrzeży Gdyni i pod Wisłoujściem pojawiły się od kilku dni foki, pływające całemi stadami blisko brzegów.

10-letni chłopiec, Wilhelm Górski z Nowego Portu, kąpiąc się w Wisłoujściu zobaczył fokę. Przeraziło go to tak silnie, że stracił przytomność i poszedł na dno. Chłopca wydobyto z wody, a wezwany lekarz stwierdził śmierć wskutek udaru serca.

ŚMIERTELNY SEN PO WYPICIU PÓŁ LITRA DENATURATU.

TORUŃ. W gospodzie p. Artura Niewadzego w Marjankach pod Świeciem bawiło się wesoło towarzystwo, złożone z sześciu osób. Będąc już mocno podchmielony 50-letni Alfons Marchlewski zażądał wódki. Ponieważ mu odmówiono, chwycił stojącą na oknie półlitrową butelkę denaturatu i wypił jej zawartość, poczem zasnął.

Bawiący się towarzysze nie przeszkadzali mu, po dłuższym jednak czasie Marchlewski nie budził się, zaczęli go cucić. Okazało się, że Marchlewski zmarł w czasie snu, naskutek zatrucia denaturatem.

Należy zauważyć, że wypadki zatrucia denaturatem powtarzają się coraz częściej, gdyż lekkomyślna ludność nie zdaje sobie sprawy z niebezpieczeństwa używania denaturatu.

W KTÓRYCH MIESIĄCACH ŚMIERTELNOŚĆ JEST NAJWIĘKSZA.

Śmierć brrr... to coś okropnego. Każdy chce żyć i dąży do tego wszelkiemi siłami. Ale oto nagle dowiadujemy się, że ludzie umierają przeważnie w miesiącach od października do maja i zgadnijcie, co jest powodem szybkiej śmierci. Niedostateczne mycie się i zaniechanie kąpieli.

A zatem brudaski, jeśli chcecie swój żywot przedłużyć, to nie żałujcie sobie wody. Idźcie wszyscy za radą D-ra Sonderegera, który zwykł był mawiać: „Nie tylko w pierwszych miesiącach dziecko kąpać należy, ale aż dopóki nie ukończyło 60-go roku życia.“.

(Blätter f, Volksgesundheit)

ŻYJE Z KULĄ REWOLWEROWĄ W SERCU.

W Wiedniu żyje „uparty samobójca“, który strzelał do siebie z rewolweru w serce. Jedną kulę lekarze mu wyjęli, druga zaś pozostała w ciele i musiano jej szukać przy pomocy Röntgena. Kula utkwiła w worku sercowym, poza sercem.

Pod wpływem oddechu, oraz tętna sercowego wykonywa ona nieustannie ruchy epileptyczne. Samobójca jest zdrów i nie odczuwa żadnych dolegliwości z tego powodu.

(Praktische Medizin)

CHOROBA ŻOŁĄDKA WPŁYWA NA WZROST

W ostatnim zeszycie „Med. Klinik“ opisują prof. Nonnenbruch i dr. Beutel (Praga) następujący ciekawy przypadek:

Młody chłopak N. L. rozwijał się prawidłowo do siódmego roku życia t. j. do czasu nagłego pojawienia się u niego choroby żołądka. Z nieznanej przyczyny dostało dziecko wówczas objawów gwałtownego rozszerzenia żołądka z długotrwałemi wymiotami.

Dziecko przestało się rozwijać. Mijał rok za rokiem, chłopak zaś mizerny i chudy miał ciągle wygląd dziecka siedmioletniego. Zatrzymany był kompletnie w swym wzroście.

Wreszcie w szesnastym roku życia naszego pacjenta wykonano zabieg operacyjny: okazało się bowiem, że w miejscu, w którem żołądek przechodzi w jelito (t. zw. dwunastnicę) istnieje znaczne zwężenie nie pozwalające na przedostanie się pokarmów. Operacyjnie usunięto tę przeszkodę, zakładając sztuczne połączenie pomiędzy żołądkiem a jelitem.

Stan zdrowotny młodego pacjenta zmienił się odtąd nie do poznania. Dziecko zaczęło bardzo szybko przybierać na wadze — co najciekawsze jednak, zaczęło teraz bardzo szybko rosnąć. Chłopak, który w szesnastym roku życia miał wzrost odpowiadający dziecku siedmioletniemu, zaczął teraz rosnąć z taką szybkością, że kości nie mogąc tak gwałtownemu wzrostowi nadążyć, zaczęły wykazywać braki soli wapniowych.

Zjazd lekarzy laryngologów.

Zjazd lekarzy laryngologów, na który przybyło około 50 lekarzy, odbył się w Ciechocinku w ostatnich dniach czerwca. Referaty wygłosili: dr. prof. Szmurło, dr. Małecki, dr. Dylewski, dr. Chorążycki, dr. Laskiewicz, dr. Wąsowicz, dr. Prużański, dr. Szwarzbart, dr. Wadoń, dr. Karbowski, i dr. Tencer. Wygłoszono dwadzieścia referatów naukowych. Obrady zakończyło walne zebranie członków Polskiego Tow. laryngologów.

TRUDNE ROZPOZNANIE CHOROBY ŚLEPEJ KISZKI. (Appendicitis)

Symptomy przy ślepej kiszce są dość często tak niewyraźne, że przy badaniu chorego trudno rozpoznać czy jest to choroba ślepej kiszki, czy inna choroba żołądkowa, a to z tego powodu, że symptomy choroby żołądkowej, w co trzeba specjalnie wliczyć chorobę dwunastnicy, są do siebie bardzo podobne.

Prof. Dr. Mashiko, który wykłada na uniwersytecie w Fukuoka (Japonja), podaje, że na 27 wypadków zostało rozpoznanych 5 wypadków ślepej kiszki i to drogą operacji.

(Archiv f. Klin. Chir. — Berlin)

Z I-ej PORADNI ŚWIADOMEGO MACIERZYŃSTWA W WARSZAWIE.

Po śmierci Dr. Budzińskiej-Tylickiej kierowniczką Poradni Robotniczego Towarzystwa Służby Społecznej w Warszawie została Dr. Marja Jeleniewska. Poradnia nosi obecnie nazwę: I Poradnia Świadomego Macierzyństwa im. Dr. Budzińskiej-Tylickiej. Przewodniczącą R. T. S. S. została sen. Dorota Kłuszyńska.

Z DZIAŁALNOŚCI STACJI OPIEKI NAD MATKĄ I DZIECKIEM. W KRAKOWIE.

Stacja Opieki nad Matką i Dzieckiem (ul. Dunajewska 7) została otwarta przy Towarzystwie Krzewienia Świadomego Macierzyństwa i Reformy Obyczajów w kwietniu 1935 r.

Poza stałą pomocą lekarską Stacja Opieki udziela w stwierdzonych wypadkach nędzy Matkom i Dzieciom bezinteresownej pomocy w naturze w zakresie lecznictwa i dożywiania, w miarę indywidualnego zapotrzebowania.

Pozatem Stacja Opieki udziela biednym matkom bezinteresownej pomocy prawnej w sprawach o uznanie ojcostwa, alimentację, separację i t. p. (Kier. działu społeczno-prawnego: Jadwiga Gałęzowska i Helena Lustgartenowa).

Wszystkie te działy opieki lekarskiej, rzeczowej i prawnej rozwijają się bardzo pomyślnie.

Istniejąca przy Stacji poradnia dla niemowląt i dzieci (kier. Dr. Bernard Osiek) udziela porad we wszystkich sprawach, tyczących pielęgnacji, odżywiania i wychowania dzieci. Każde dziecko, będące w opiece poradni zgłasza się conajmniej raz na miesiąc do kontrolnego badania. Dzieciom dokarmianym, względnie odżywianym sztucznie, dostarcza poradnia bezpłatnie mleka oraz odżywek niemowlęcych. Dla matek karmiących robi się starania o lepsze odżywienie. Poradnia stosuje bardzo szeroko profilaktykę przeciwkrzywiczą, a więc naświetlania lampą kwarcową, bezpłatne wydawanie leków przeciwkrzywiczych i t. d. Na wniosek kierownictwa poradni czyni zarząd Stacji starania o umieszczenie dzieci w żłóbkach, ochronkach, na kolonjach letnich i t. d.

Przy Stacji czynna jest również poradnia lekarska dla kobiet ciężarnych i karmiących (kier. Dr. Zofja Ślączkowa), która roztacza stałą kontrolę lekarską i higjeniczną nad kobietą ciężarną.

Spełniająca doniosłą rolę społeczną Stacja Opieki nad Matką i Dzieckiem cieszy się dużą, stale zwiększającą się frekwencją.

SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI PORADNI ŚWIADOMEGO MACIERZYŃSTWA PRZY ROB. TOW. SŁUŻBY SPOŁECZNEJ W ŁODZI.

Zarząd Łódzkiego Oddziału Robotniczego Towarzystwa Służby Społecznej nadesłał nam następujące sprawozdanie:

Poradni mamy na terenie miasta dwie: w północnej i południowej części miasta. Przez dwa miesiące czynna była 3-cia poradnia w śródmieściu, lecz z powodu braku środków musieliśmy ją zlikwidować. Obecnie mamy nadzieję na ponowne uruchomienie 3-ej poradni w śródmieściu, w lokalu, oddanym nam przez Wydział Zdrowotności Publicznej Zarządu Miejskiego.

Istniejące poradnie mieszczą się w lokalach obcych, nieodpowiednich, ciasnych. Brak instrumentów, czasem brak opału i światła. Tylko ofiarna praca małej grupki ludzi (lekarzy zatrudnionych w poradniach) utrzymywała placówkę. Od początku roku 1936 nastąpiło jednak pewne ożywienie, wzrosło zainteresowanie naszem Towarzystwem, sądzimy, że wzmoże się i nasza działalność. Powinny przyczynić się do tego odczyty dla robotnic, wygłaszane w różnych dzielnicach miasta.

ŻYCIE ŚWIADOME.

Ukazał się numer 2-gi kwartalnika „życie świadome" poświęconego zagadnieniom reformy seksualnej i obyczajowej. Na treść składają się bardzo interesujące artykuły, m. in.: **Dr. Tadeusz Żeleński (Boy)** — Ciuciubabka. **Prof. U. J. Dr. Odo Bujwid** — O wykłady seksuologji na uniwersytetach. **Ludwik Szczepański** — Jak ta pchła... **Mieczysław Steinbach** — O nowy kodeks seksualny. **Inż. Henryk Jasieński** — Przyrost ludności w oświetleniu swoich rzeczywistych następstw. **Leon Kruczkowski** — Miłość i własność. **Dr. Józef Kirschner** — W osiemdziesiątą rocznicę urodzin Freuda. **Ludwik Szczepański** — Pan Choromański zabawia się w satyryka. **Doc. U. J. Dr. Wiktor Ormicki** — W sprawie naukowych podstaw polskiej polityki ludnościowej. **Tomasz Karwiński** — Tamara wcina za cztерech... **Quis** — Kontrrewolucja seksualna w Sowietach.

Redakcja i administracja: Kraków, Dunajewskiego l. 7.

Cena pojed. egz. — 1 złoty.

Grzyb domowy a zdrowie

Przypisywane doniedawna właściwości zakaźne grzybowi domowemu oraz zdolność do wywoływania niektórych chorób u człowieka jak promienica, zaburzenia przewodu pokarmowego o charakterze tyfoidalnym, zapalenia płuc i t. p. nie jest słuszne, gdyż znajdują one inne właściwsze wyjaśnienie.

W roku 1901 Behlaw a następnie Klug próbowali ustalić związek, jaki istnieje między działaniem grzybów domowych a powstawaniem nowotworów, zwłaszcza raka. Narazie jednak i tu nie udało się dowieść niezbicie, że grzyb domowy może stać się przyczyną specyficzną powstawania nowotworów złośliwych u ludzi. Równie mało prawdopodobne jest usadowienie się i rozwój grzyba domowego w ustroju ludzkim, gdyż grzyb ten jest bardzo wrażliwy na działanie temperatury i już w temperaturze ciała ludzkiego ulega zahamowaniu w rozwoju a następnie zniszczeniu.

J. Zdunkiewicz w pracy swej o wpływie „grzybów domowych" na zdrowie ludzkie, ogłoszonej w „Lekarzu Polskim", słusznie stwierdza, że o ile bezpośrednie zakażenie organizmu ludzkiego jest wątpliwe, o tyle pośrednie szkodliwe działanie zaznacza się wyraźnie i to pod różnemi postaciami.

Przedewszystkiem grzyby domowe, nie posiadając ciałek zieleni, nie są zdolne do rozkładania i asymilowania dwutlenku węgla tak, jak inne rośliny.

Ponadto stary grzyb domowy, zawierający około 30 proc. białka, przy rozkładzie może wytwarzać przykro cuchnące gazy, podobnie jak wszystkie ciała zawierające białka. Gazy te wprawdzie nie są trujące, mogą jednak wywoływać, zwłaszcza u osób wrażliwych — złe samopoczucie, bóle głowy, nudności, zawroty głowy, a nawet wymioty, senność i t. p.

W wilgotnych mieszkaniach bakterje chorobotwórcze znajdują lepsze warunki dla zachowania swej żywotności, aniżeli w mieszkaniach suchych. Zauważono ponadto, że zachorowania na reumatyzm stawowy obserwuje się przedewszystkiem w mieszkaniach wilgotnych.

Suche natomiast zarodniki grzyba mogą również stać się przyczyną zanieczyszczenia lokalu przez zapylenie powietrza. Zarodniki grzyba domowego są bardzo lekkie, dzięki czemu już przy bardzo słabym ruchu powietrza unoszą się w powietrzu. Temu zjawisku przypisują fakt, że wśród mieszkańców zagrzybionych pomieszczeń występuje często dusznica bolesna. Do cząsteczek zarodników mogą przyczepiać się także bakterje chorobotwórcze tak niebezpieczne, jak gruźlica.

HUMOR

ŻYCIE POZAGROBOWE.

Osiemdziesięcioletni Bleiberg, chory na uwiąd starczy, dogorywa. Zapada w sen, budzi się. Przywołuje do siebie syna.

— Już przestaliście mnie leczyć — wyrzuca mu, mówi słabym głosem, pochrząkując, sapiąc. — Myślę, że domowe środki pomogłyby mi jeszcze: bańki, lewatywa...

Syn stara się wytłumaczyć mu bezcelowość podobnych zabiegów, które osłabiłyby go do reszty. Bleiberg jest starczo uparty, ale ostatecznie rezygnuje z baniek, tem energiczniej jednak domaga się lewatywy. Argumenty syna nie są w stanie odwieść go od tego żądania. Syn, nie widząc innej rady, ustępuje, wzywa felczera, żywi jednak nadzieję, że felczerowi uda się wytłumaczyć choremu, że lewatywa może spowodować tylko pogorszenie w stanie jego zdrowia. Felczer rzeczywiście stara się wyperswadować Bleibergowi jego niefortunny pomysł, ale bez skutku; Bleiberg jest hardy, kategorycznie obstaje przy swojem.

— Dobrze, zrobię panu lewatywę — mówi felczer, rozłoszczony uporem starego — ale zwracam panu uwagę, że... skutek będzie pan miał już na tamtym świecie.

NA DEPTAKU W KRYNICY.

— Muszę zmienić lekarza. Jest wprost niemożliwy.

— Co pani mówi, przecież to sława tutejsza.

— Ale te recepty, które on zapisuje, są straszne: „Przed śniadaniem cały Karol na zimno, po obiedzie ćwierć Karola na gorąco, na noc pół Karola z mlekiem". Przecież to okropne! Czyż już niema innych mężczyzn w Krynicy, tylko sami Karole?

PRZY SOLANCE.

— Panienko, tak mi jest niedobrze...

— Może pan za dużo solanki wypił?

— Nie. Rurkę połknąłem!

Nakładem Drukarni „Monolit".
Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Elektoralna 3. Tel. 5.81-92. P. K. O. 17.490.